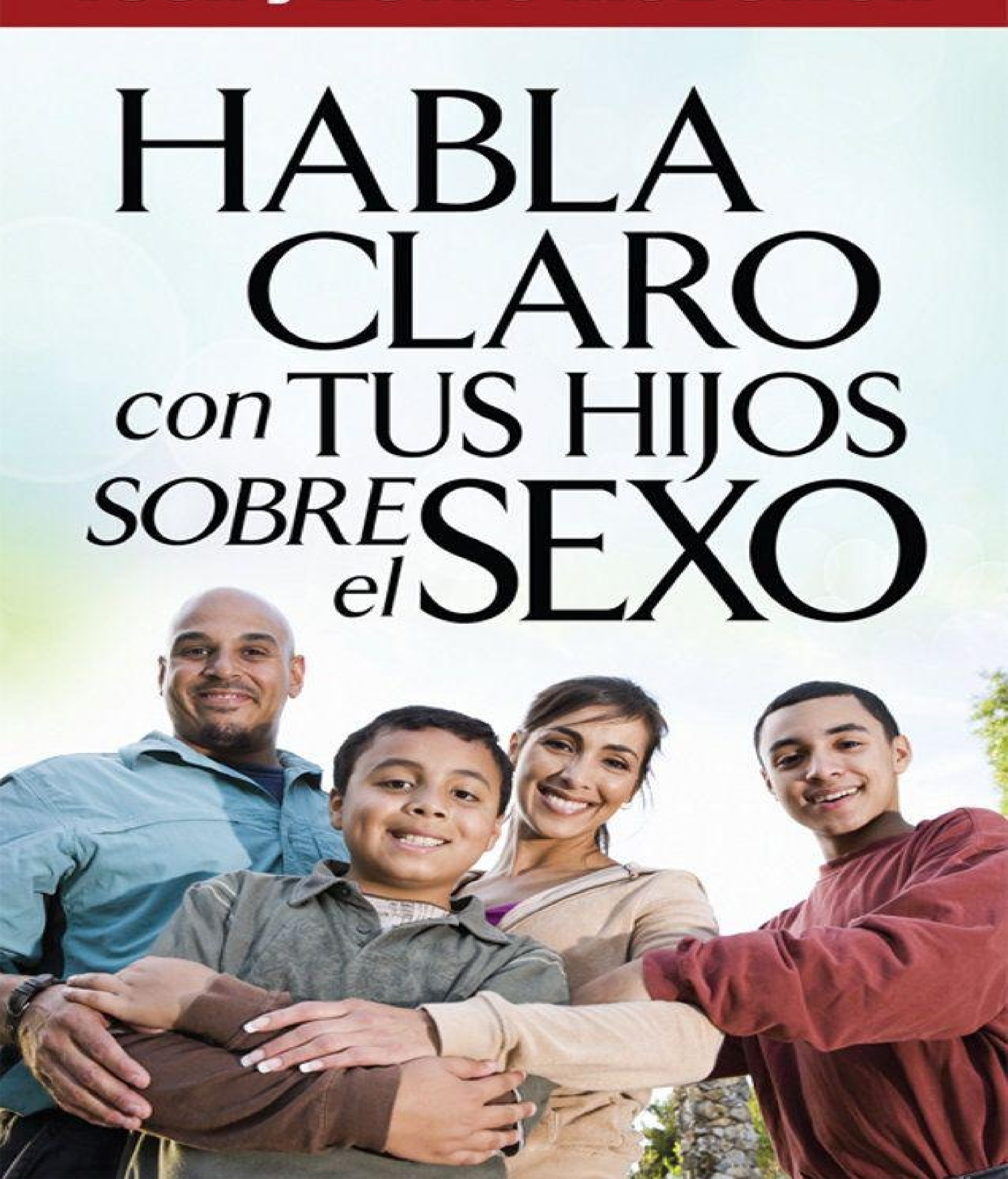
Josh y Dottie McDowell

HABLA CLARO con TUS HIJOS SOBRE el SEXO



Josh y Dottie McDowell

HABLA CLARO *con* TUS HIJOS *SOBRE el* SEXO





Habla Claro con Tus Hijos Sobre el Sexo

Publicado por

Editorial Unilit

Miami, Fl 33172

ISBN: 978-0-7899-5772-6

www.unilitebooks.com

www.dpztechnology.com

A todos los padres que, con valor, convicción y amor, expresan el propósito de Dios en la sexualidad durante la crianza de sus hijos, a menudo y con franqueza.

CONTENIDO

Para más investigación, documentación
y perspectivas importantes de cada capítulo,
visita www.josh.org/straighttalk.

Capítulo 1
A solo un clic de distancia

Sexo: Para algunas personas es una palabra sucia, para otros es una palabra hermosa. Y todavía para otros es una palabra provocativa . . . algo de lo que no se sienten cómodos para hablar al respecto. Cualquiera que sea tu actitud, el sexo es un asunto sensitivo, pero de suma importancia. Para los que creen que es una fuerza maravillosa, pero poderosa que no debe usarse mal, tales como padres o líderes que trabajan con jóvenes, la idea del sexo, o la actividad sexual, entre los jóvenes es un asunto de gran preocupación.

¿Qué tan preocupado estarías si una persona extraña se deslizara todas las noches en el dormitorio de tu hijo? ¿Qué tal si este intruso le enseñara a tu hijo de manera sistemática un concepto distorsionado y pervertido del sexo? ¿Y qué tal si esta «educación sexual» que recibiera tu hijo lo condujera por un camino de inmoralidad sexual? Sin duda, te horrorizarías y te enfurecerías que este intruso amenazante estuviera violando la mente y el corazón de tu hijo.

Sin embargo, antes de que pasemos a explicar este peligro, digamos esto: Nosotros (Josh y Dottie), como padres que criamos cuatro hijos propios, no estamos aquí solo para alarmarte, aunque tendrías razón para hacerlo. También queremos equiparte con una estrategia clara que contrarreste lo que enfrentan tus hijos. Aun más en el aspecto clave de lo que queremos hacer, esperamos ofrecerte recursos eficaces para criar a tus hijos con una sana (piadosa) comprensión de las relaciones sexuales.

Después de todo, la relación sexual es grandiosa. Es tan maravillosa que no hay palabras para describirla, porque Dios la hizo así. Sin duda, tú deseas que tus hijos crezcan comprendiendo y adoptando este diseño de su sexualidad para que se deleiten en él como Dios quiere. Y si un intruso inmoral hiciera que tus hijos usaran mal este maravilloso regalo de Dios, te enojarías y te entristecerías.

Los estudios han demostrado que el principal temor entre los padres y los líderes cristianos es que la cosmovisión secular y la inmoralidad sexual atrapen, de alguna manera, los corazones y las mentes de sus hijos. Desde luego que nosotros tuvimos ese temor por nuestros hijos. Para hacerle frente a ese temor, muchos padres han ayudado a abrir y a desarrollar más escuelas cristianas. Han formado más redes que nunca antes para enseñar en casa a sus hijos. Muchos han enviado a sus hijos a campamentos cristianos de verano. Las familias han comenzado a asistir a

megaiglesias con excelentes programas para la juventud en números sin precedentes. La esperanza de esos padres ha sido contrarrestar las influencias negativas de una cultura destructiva en la vida de sus hijos.

No obstante, estos pasos positivos han causado en realidad que muchos padres y educadores bajen la guardia. Es natural que se dé por sentado que los niños están en gran medida aislados de las influencias de una cultura corrupta si viven en un hogar cristiano, forman parte de una buena iglesia, están recibiendo una sólida educación cristiana y participan en actividades cristianas supervisadas.

Sin embargo, hoy en día nuestros niños están mucho más expuestos a las influencias culturales corruptas que los niños de hace diez años. La razón para esto es que ahora estamos en medio de una revolución de los medios sociales que está permitiendo que una moral corrupta y torcida tenga acceso directo a nuestros hijos a una edad más temprana que antes, aun en la privacidad de sus dormitorios.

La revolución de los medios sociales

La cultura influyó en la generación anterior a través de varios medios tales como la radio, la televisión, los vídeos, las revistas, etc. Si un padre vigilaba lo que su hijo escuchaba, veía y leía, había cierta seguridad de que el hijo pudiera estar protegido de los efectos negativos de una cultura destructiva. Sin embargo, la actual revolución de los medios sociales ha cambiado todo esto. Nuestra cultura importuna a tus hijos a través de canales que casi no existían hace una década. Por ejemplo, compara el crecimiento de los medios de comunicación (basado en la población general de los Estados Unidos) en la última década.

En el año 2000	En los años 2010-2011
2,7 horas a la semana pasaba en línea una persona promedio	18 horas a la semana pasaba en línea una persona promedio
100 millones de búsquedas diarias en Google	2 mil millones de búsquedas diarias en Google
12 mil millones de correos electrónicos diarios	247 mil millones de correos electrónicos diarios
12.000 blogs activos	141 millones de blogs activos
0 iTunes bajados	10 mil millones de iTunes bajados
0 tuiteo en Twitter	25 mil millones de tuiteos en Twitter [1]
0 vídeos YouTube vistos cada día	4 mil millones de vídeos YouTube vistos cada día [2]
0 horas de vídeos YouTube subidos al día	60 horas de vídeos YouTube subidos al día [3]
0 personas en Facebook	845 millones de usuarios activos en Facebook [4]
0 artículos en Wikipedia	20 millones de artículos en Wikipedia [5]

En el año 2010, más de 250 millones de personas nuevas se añadieron a Facebook, con treinta mil millones de porciones de contenido que se agregan cada mes[6]. Si Facebook fuera un país, tendría la tercera población más grande del

mundo.

Alrededor de 20 millones de menores de edad están en Facebook. De ellos, 7,5 son menores de 13 años, y 5 millones son menores de 10 años[7]. Se estima que Facebook pronto alcanzará al 90 % de todos los usuarios de redes sociales y al 57,1 % de todos los usuarios de Internet de todos los Estados Unidos. Para el año 2013, el 62 % de los usuarios de Internet y la mitad de toda la población de los Estados Unidos se espera que esté en Facebook[8].

Respecto al contenido de vídeo, «eMarketer» estima que de los 50 millones de niños menores de 12 años en los Estados Unidos, casi 12 millones (alrededor del 25 %), «miraron vídeos en línea en el año 2011». El estimado se dispara al 70 % para el año 2015[9]. De acuerdo con *Harris Interactive*, en el año 2010, el número de niños menores de 12 años que pasaron por lo menos una hora al día en línea, aumentó desde 61 % a 76 %[10].

La Internet ha sobrepasado a la televisión como la preferencia de los niños en cuanto a medios[11]. Un estudio del Departamento de Educación de los Estados Unidos muestra que el 27 % de todos los niños entre cuatro y seis años están en la Internet[12]. Hoy los preescolares están aprendiendo en iPads, no en el pizarrón.

La revolución de los medios sociales nos está conectando de maneras positivas como uno nunca se imaginaba hace diez o veinte años. Sin embargo, es probable que toda esta capacidad de conectarse y que otras personas se conecten con tus hijos te hagan sentir incómodo. Y debería ser así. Hay una desventaja alarmante en la accesibilidad instantánea que esta cultura tiene para tus hijos.

La inmoralidad intrusa

Como padres y líderes cristianos, queremos que nuestros jóvenes adopten una moral sexual bíblica. Queremos que disfruten el sexo como Dios se los diseñó a fin de que sea dentro del contexto del matrimonio. Solo hace diez o quince años, nosotros como padres, pastores o educadores cristianos teníamos una buena medida de control sobre qué tipo de cosas nuestros jóvenes veían y escuchaban que les moldeaba su punto de vista sobre el sexo. Podíamos decir: «No vemos esas clases de programas de televisión en nuestro hogar; ni tampoco leemos esas clases de libros». Había ciertos controles que podíamos implantar para proteger a nuestros hijos de influencias dañinas. Cuando nuestros hijos querían visitar a los vecinos o amigos, tratábamos de limitarlo a personas con nuestras mismas convicciones.

Aunque hoy tenemos perdido, en general, el control de los controles. Esto se debe a que la moral pervertida está a solo un clic de distancia de nuestros hijos. Con solo pulsar una tecla en un teléfono inteligente, iPad o computadora portátil, tu hijo puede abrir uno de los peores sitios de pornografía y de contenido sexual obsceno que te puedas imaginar. Hace solo unas cuantas décadas, las revistas pornográficas se vendían detrás de los mostradores de las tiendas y se colocaban en bolsas de

papel. La mayoría de los hombres adultos no querían que los vieran llevando tales revistas fuera de la tienda. Hoy en día, la pornografía está disponible para cualquiera, incluyendo a tus niños y adolescentes.

El contenido sexual inmoral está alcanzando a muchos, si no es que a la mayoría, de nuestros niños. De acuerdo a una investigación de *Family Safe Media*, la edad promedio de la primera exposición a la pornografía en la Internet es a los nueve años[13]. Y hay muchos sitios a los que el niño se puede exponer. En la actualidad, existen más de 5 millones de sitios pornográficos disponibles con más de 68 millones de búsquedas diarias[14]. Más de 2.500 millones de correos electrónicos de pornografía circulan cada día[15].

Una encuesta hecha en el año 2009 entre 29.000 estudiantes universitarios de Norteamérica confirmó que el 51 % de los varones y el 32 % de las muchachas vieron pornografía por primera vez antes de llegar a la adolescencia[16]. Un artículo del diario «The Nature and Dynamics of Internet Pornography Exposure for Youth» informa que al 93 % de los muchachos y al 62 % de las muchachas los exponen a la pornografía de Internet antes de cumplir los 18 años de edad. El 83 % de los chicos y el 57 % de las chicas han visto relaciones sexuales en grupo. El 69 % de los chicos y el 55 % de las chicas han visto actos sexuales de homosexuales o lesbianas. El 39 % de los chicos y el 23 % de las chicas han estado expuestos a los actos sexuales que representan la esclavitud[17].

De acuerdo con un estudio citado en el *Washington Post*, más de 11 millones de adolescentes miran pornografía de manera regular[18]. Una encuesta realizada por Enfoque a la Familia reveló que el 47 % de las familias dijo que la pornografía es un problema en sus hogares[19]. La mayoría de las que respondieron a la encuesta eran familias cristianas.

¿A quién le preocupa esto?

En contraste con la situación de hace varias décadas, la mayoría de nuestros jóvenes ve poco o ningún problema en mirar pornografía. En general, los estudios muestran que el 67 % de los hombres jóvenes entre los 18 y 26 años de edad y el 49 % de las mujeres jóvenes de la misma edad, consideran que ver pornografía es un comportamiento aceptable[20].

Por supuesto, como un padre preocupado, de seguro que les adviertes a tus hijos y adolescentes que no se metan en «sitios de sexo». Como padre responsable y proactivo, quizá hasta le instalaras un filtro de Internet y estés vigilando el *software* de sus computadoras, tal como debes hacerlo.

Sin embargo, ¿qué sucede cuando tus hijos jóvenes visitan a sus amigos y encienden sus teléfonos celulares? ¿Acaso los padres de los amigos de tus hijos han bloqueado el material sexualmente explícito de todos sus aparatos electrónicos? El problema es que el material pervertido y orientado hacia el sexo malsano en el

ciberespacio está por todas partes y es difícil de evitar, aun cuando trates de bloquearlo.

Asimismo, cada mes se producen más de 1.500 millones de descargas pornográficas de «amigo a amigo»[21], y la mayoría no la detectan los llamados «filtros de contenido». (*De amigo a amigo* es de una computadora directamente a otra). Un vídeo pornográfico completo lo puede bajar hasta un niño, muchas veces sin que se den cuenta los padres.

Debido a la enorme cantidad de material pervertido sexualmente que está disponible en la actualidad, la sola exposición excesiva, sin importar lo poco frecuente que sea, tiende a desensibilizar a una persona joven. En vez de comprender para qué se creó el sexo, por qué tiene límites y cómo puede traer intimidad y alegría en un matrimonio comprometido, los jóvenes tienden a pensar que todos están haciendo lo que quieren y sin consecuencias. Esta es la clara impresión que se da en el ciberespacio.

La mayoría de los jóvenes está tan desensibilizada por el material sexualmente explícito, que no ven problema en bromear, enviar fotos, ni en mandar mensajes de texto acerca de sexo provocativo. ¿Te das cuenta que 4 de cada 10 adolescentes están enviando mensajes sexualmente sugestivos? Y otro 39 % de los chicos adolescentes y el 38 % de las chicas adolescentes están enviando mensajes de texto o correos electrónicos con insinuaciones sexuales, que en un principio eran para otra persona, pero que alguien se los mandó a ellos[22].

Sin duda, parece que para nuestros hijos todo el mundo a su alrededor, incluyendo a sus compañeros, practican relaciones sexuales fuera del matrimonio. Nosotros, por supuesto, sabemos que no lo «están haciendo» todos; pero la percepción de nuestros hijos se convierte en su realidad. Lo irónico del caso es que muchos adultos cristianos tienden a pensar que *ninguno* de sus hijos es activo sexualmente, mientras que sus propios hijos piensan que *todo el mundo* «lo hace». Estos puntos de vista contradictorios están generalizados.

Hace poco, realicé (Josh) un seminario de dos horas sobre «La verdad desnuda: La verdad sobre el sexo, el amor y las relaciones» en la conferencia del personal de una organización cristiana. En una sesión de la tarde, asistieron mil ochocientas personas con sus hijos. En los siguientes tres días, diez miembros diferentes del personal me dijeron que uno de sus hijos (todos menores de catorce años) les habían confesado que eran adictos a la pornografía en la Internet. Cada padre de familia expresó su asombro, pues nunca había sospechado nada.

Durante una reciente conferencia de pastores, traté el mismo tema y, después de una sesión, cinco pastores se me acercaron con sus historias:

- Primer pastor: «Acabo de descubrir que mis dos hijos (de 14 y 18 años) están luchando con la pornografía en la Internet». Entonces me confesó que él mismo fue adicto a la pornografía durante once años.

• Segundo pastor: «La semana pasada me enteré que mi hijo de diecisiete años acaba de embarazar a su novia y mi hija de quince años también está embarazada. ¿Qué hago? ¡Pronto voy a tener dos nietos!». Me comentó que su hijo veía pornografía con regularidad.
• Tercer pastor (un pastor de jóvenes): «Mi hija de catorce años ha estado ofreciendo sexo oral a los chicos en su escuela [cristiana]».
• Cuarto pastor: «Acabo de descubrir que mi hijo de ocho años ha estado viendo pornografía en la computadora de mi oficina».
• Quinto pastor: «Mi hijo de cinco años ha estado viendo pornografía desde que tenía cuatro años de edad». Este pastor estaba destrozado.

Estas cinco conversaciones sucedieron en el lapso de los veinte minutos que demoré desde el podio hasta mi auto.

Antes que pudiera entrar en mi auto, un adolescente desesperado me agarró del brazo y me dijo: «Dr. McDowell, por favor, ¿puede orar por mí? ¡He estado luchando con la pornografía por tres años y me está destruyendo!».

Hace varios años, me invitaron a hablar sobre la sexualidad y las relaciones íntimas en una de las mayores y más prestigiosas escuelas evangélicas cristianas de Norteamérica. La escuela agradecía mucho que hubiera venido a hablar sobre este tema, pero me hicieron la siguiente petición: «No queremos que mencione nada sobre el sexo oral», me dijeron. «Porque no tenemos ese problema aquí. Y si usted lo menciona, es natural que nuestros hijos comiencen a pensar en eso y querrán hacerlo».

Pensé que su petición era absurda y muy ingenua, pero por respeto, les obedecí. En el momento que terminé mi charla, docenas de jóvenes se me acercaron para hacerme preguntas. Casi todas las preguntas eran acerca del sexo oral. «¿Es eso una relación sexual también?» «¿Es malo?» «¿Se puede adquirir una enfermedad venérea si se practica?», etc.

Me hubiera gustado que el director de la escuela hubiera estado de pie a mi lado para escuchar a sus estudiantes. Al salir del salón, tres muchachos y dos chicas se me acercaron y me preguntaron:

—¿Por qué no habló usted del sexo oral?

Les ofrecí una disculpa y evité decirles que me pidieron que no hablara del tema. En vez de eso les pregunté:

—¿Por qué? ¿Será que el sexo oral es un problema aquí?

—No, realmente no —me respondieron.

—Eso es bueno.

—No, no es problema —añadieron—, porque todo el mundo lo hace.

(Esto era una exageración).

Les pedí que me explicaran.

—Bueno —dijeron—. Cuando un joven en nuestra escuela desea el sexo oral, se acerca a una muchacha y le dice: “¿Quieres un taco?”.

Ese era su código para solicitar sexo oral. Luego, me siguieron explicando:

—Si ella accede, se van a un cuarto aquí mismo en la escuela y proceden a

realizar el sexo oral. Sin embargo, después el muchacho tiene la obligación de llevar a la muchacha a Taco Bell y comprarle un taco.

Según estos jóvenes, el sexo oral era ya algo común para ellos. Según el liderazgo de la escuela: «No tenemos ese problema aquí». La diferencia entre lo que muchos padres y líderes cristianos creen que hacen sus jóvenes, y lo que hacen en realidad, es enorme. Claro, no queremos pensar que nuestros hijos y nuestras hijas estén participando en actividades sexuales de ninguna clase y que le estén lavando el cerebro con un punto de vista distorsionado sobre el sexo. La verdad es que, si no somos proactivos para contrarrestar lo que nuestros hijos están recibiendo, es muy probable que los atrape una cultura destructiva.

Entonces, ¿qué es lo que puedes hacer?

Parecería ideal si pudiéramos dar marcha atrás a la explosión de los medios sociales. En cambio, no lo podemos hacer, ni siquiera debemos intentarlo. Es más, en los últimos doce meses, algunos estiman que más de doscientos millones de personas se enfrentan a las afirmaciones de Cristo en la Internet. Los medios sociales de comunicación no son los verdaderos culpables aquí. Son solo el vehículo que puede traerles influencias positivas o destructivas a nuestros hijos.

Escapar a una isla remota donde solo vivan cristianos consagrados podría ser una solución definitiva. Solo allí lograríamos criar a nuestros hijos alejados de las influencias de alguna cultura secular. Sin embargo, esa no es una solución realista, así como tampoco lo es darle marcha atrás a la revolución de los medios que estamos experimentando. Por lo tanto, ¿qué podemos hacer?

1. Debemos reconocer la realidad de que la cultura circundante ejerce una influencia negativa en nuestros hijos con un punto de vista distorsionado sobre el sexo. No podemos vivir negando lo que está pasando en la realidad. Eso, como dijera una madre joven: «Es como si estuviéramos tratando de criar a nuestros hijos en el centro de Las Vegas». Así que el primer paso hacia una solución es ver el problema tal como se nos presenta de verdad.

2. Necesitamos contrarrestar los puntos de vista distorsionados y pervertidos sobre el sexo que escuchan y ven nuestros hijos, mediante una adecuada y sana comprensión del mismo. Digamos que tú estás entre esos padres que tienen uno o dos hijos mayores de siete años. Y digamos que estás empezando a hablarles sobre el sexo. A esta altura, tus hijos ya habrán recibido parte de su educación sexual de la cultura externa. Lo más probable es que su comprensión sobre el sexo esté distorsionada y que sea muy diferente de lo que hubieras esperado.

En este caso, necesitarás presentarles a tus hijos un concepto nuevo por completo de lo que es el sexo y por qué lo creó Dios. En muchos aspectos, necesitarás contrarrestar los conceptos distorsionados del sexo que han adoptado hasta hoy y presentarles una perspectiva basada en el diseño de Dios. Si tus hijos son mucho

más pequeños, tal vez tengas tiempo para llegar a ellos antes que lo haga la cultura. No obstante, debes empezar con ellos a una temprana edad.

Enseñarles a los hijos la idea de Dios acerca del sexo quiere decir que nosotros, como padres y líderes cristianos, debemos primero comprender con claridad por qué nos creó como seres sexuales. Debemos conocer el verdadero propósito del sexo, qué significa la pureza sexual, por qué hay límites en el sexo y como es que una relación de amor con los hijos es el fundamento para enseñar el punto de vista de Dios sobre el sexo. Con este tipo de comprensión fundamental, tendrás un contexto bíblico para presentar o volver a explicarles a tus hijos de qué se trata el sexo. Esto te dará la base bíblica para criar a tu familia de modo que adopte una perspectiva sana (piadosa) sobre la sexualidad.

3. Debemos guiar, dirigir e instruir a nuestros hijos en la perspectiva de Dios sobre el sexo. Y para hacer esto te ofrecemos materiales valiosos y prácticos en la segunda parte: «Ideas y consejos prácticos para tus conversaciones». Estos cortos capítulos contienen reflexiones, ejemplos, respuestas y maneras de tratar los muchos asuntos y retos que quizá ya hayas encontrado o que vas a encontrar. Juntos descubriremos las grandes oportunidades de presentarles o volverles a presentar el maravilloso regalo de Dios acerca del sexo a tus hijos.

Como padres, no hemos sido (Josh y Dottie) perfectos. Los padres perfectos no existen. Sin embargo, estamos agradecidos por la hermosa oportunidad que tuvimos de impartirles el plan de Dios para el sexo a nuestros hijos. Nuestros cuatro hijos están casados ahora y tienen sus propios hijos. Es emocionante observar como le pasan con éxito el punto de vista bíblico respecto al sexo a sus propios hijos, nuestros nietos. Anímate, tus valores bíblicos sobre el amor y la sexualidad pueden pasarse a la siguiente generación. Y esperamos que las páginas siguientes te ayuden en tu esfuerzo de hacer justo eso.

Primera parte

La sexualidad es un diseño de Dios

Capítulo 2
Sexo: Creado dentro del contexto de la imagen de Dios

Este día era como ningún otro. Todo parecía perfecto, como si nada pudiera estar mejor jamás. Era un paraíso de césped y flores con animales de todas clases viviendo bajo un dosel de nubes y de cielo. . . todo pintado en un lienzo impresionante de perfección y belleza. Con todo y eso, algo faltaba aun en este jardín del Edén, porque Adán, el primer hombre, caminaba en este paraíso sin un acompañante humano.

Dios declaró: «No es bueno que el hombre esté solo» (Génesis 2:18). Aquí, en este mundo perfecto, donde el pecado no había aún provocado vergüenza ni dolor, faltaba una pieza. Adán tenía una gran relación con Dios. Tenía el trabajo perfecto de atender un hermoso jardín. Tenía abundante comida. Sin embargo, muy en lo profundo de su ser había un vacío, algo inquietante que no podía explicar, hasta que Dios hizo algo extraordinario.

Dios produjo en Adán un profundo sueño. Y cuando el hombre despertó, experimentó algo más allá de su comprensión . . . experimentó una criatura llamada *mujer*.

Imagínate cómo Adán pudiera haber visto a través de las palmeras que se movían con suavidad un rostro tan cautivador que hasta pensó que sería feliz si nunca tuviera que mirar otra cosa. Imagínate cómo observó la manera en la que se dirigía hacia él con gracia y elegancia. Su forma suave y escultural era algo que nunca había visto antes. Imagínate lo rápido que palpitaba su corazón, su belleza, su fragancia, su presencia llenando sus sentidos hasta que le quitaba el aliento. ¿Por qué se sentía tan mágicamente atraído hacia ella? ¿A qué se debía esta hambre indefinible que sentía por conocerla más de lo que solo podía ver con sus propios ojos? Por primera vez, los seres humanos experimentaron en persona este asombroso regalo de Dios llamado sexualidad.

La Biblia dice que estos seres recién creados, hombre y mujer, estaban desnudos. Era obvio que se deseaban físicamente el uno al otro. Como es natural, se disfrutaban de manera sexual el uno del otro. Y todo esto lo hacían sin culpa ni vergüenza (lee Génesis 2:25). Sin embargo, ¿de dónde vino esta atracción pasional y sexual del uno hacia el otro, y por qué razón?

La sexualidad vino de alguna parte

Dios creó los rayos del sol y la luz de la luna. Él habló y se materializaron los vastos océanos, los grandes lagos, los presurosos ríos y las cascadas. Las montañas cubiertas de nieve, los espesos bosques, las praderas, y todos los animales que los habitan, Dios los declaró en existencia. La tierra y todos los planetas del universo

llegaron a existir por la voz creativa de Dios. Sin embargo, la sexualidad . . . fue un tipo de creación diferente. Esta la diseñó en un nivel distinto por completo. Toda la creación se hizo por la voz de Dios, pero para los seres humanos, y para la sexualidad humana, Dios hizo algo mucho más asombroso.

En el primer capítulo del primer libro de la Biblia está muy claro: «Dios creó a los seres humanos a su propia imagen. A imagen de Dios los creó; hombre y mujer los creó» (Génesis 1:27). En vez de solo hablar, Dios formó en persona al primer hombre de los elementos físicos de la tierra y luego le «sopló aliento de vida» (Génesis 2:7). Esto quiere decir que Adán es más que un simple animal a quien llamó para que viviera. Él y toda su descendencia serían almas vivientes con sexualidad humana creadas a la imagen de Dios.

Que nos crearan a la imagen de Dios no quiere decir que nos veamos como Él porque «Dios es Espíritu, por eso todos los que lo adoran deben hacerlo en espíritu y en verdad» (Juan 4:24). Aunque es cierto que tomó forma humana en la persona de Jesús, Dios no existe como un ser material o físico, Él es espíritu. Sin embargo, Dios nos creó de manera física, emocional, espiritual y relacional con características semejantes a las suyas, y eso incluye nuestra sexualidad. Dios nos creó a su propia imagen, pero somos seres sexuales que nos sentimos atraídos el uno al otro. ¿Es esta atracción sexual una cosa de Dios que de algún modo es parte de su imagen?

Algunos han sugerido que la atracción natural entre el hombre y la mujer tiene sus raíces en la realidad de que dentro de la naturaleza de Dios residen tanto las características de hombre como de mujer. Nosotros sabemos que Dios no es masculino ni femenino por completo en un sentido literal, aunque Él se caracteriza en términos masculinos. Sin embargo, en este diseño magistral, Él creó dos clases separadas de humanos, uno masculino y otro femenino. Por lo tanto, la atracción magnética del hombre hacia la mujer y de la mujer hacia el hombre puede tener su origen en la unidad y la sustancia de un Dios que posee las características tanto masculinas como femeninas. En esencia, Dios tiene, por decirlo así, más o menos las características tanto de hombre como de mujer, y cuando las dos características se colocan por separado en los dos sexos, es natural que se atraigan el uno al otro, del mismo modo que los polos opuestos magnéticos. La deidad es una, en unidad, y creó los sexos para que estén en unidad. Esta al menos es una teoría del porqué los hombres y las mujeres se atraen tanto el uno al otro. Y esto tiene algo de mérito.

Las Sagradas Escrituras nos enseñan que esa unicidad, la unidad, es una característica que define a Dios. Declara: «El Señor uno es» (Deuteronomio 6:4, LBLA). Esta singularidad de Dios no contradice que Dios sea una Trinidad, debido a que la Biblia también es clara en que Dios es Padre, Hijo y Espíritu Santo. Sin embargo, esta unicidad de Dios demuestra que existe una relación perfecta de unidad en la deidad. El Padre siempre ha estado en una infinita relación y unidad

con el Hijo. El Hijo siempre ha estado en unidad con el Padre. Y el Espíritu Santo siempre ha estado en infinita armonía tanto con el Padre como con el Hijo. Esta perfecta unicidad no es algo por lo que Dios se esfuerza; no es algo que crea Él. Es algo que *es* Él. «El Padre y yo somos uno», dijo Jesús. «Entonces sabrán y entenderán que el Padre está en mí y yo estoy en el Padre» (Juan 10:30, 38).

La imagen de Dios refleja la unicidad y la unidad en relación perfecta. Su unión es una relación tan infinitamente amorosa que produce una íntima unicidad, un vínculo, un compañerismo y una conexión sin paralelo en el universo. Dios no se puede separar. Él no se puede dividir. Él existe como una íntima relación eterna. Y esta es la capacidad para las relaciones íntimas y amorosas que los humanos hemos recibido del mismo Dios.

El factor de intimidad

«Esto explica por qué el hombre deja a su padre y a su madre, y se une a su esposa, y los dos se convierten en uno solo» (Génesis 2:24). Nuestro deseo y nuestra necesidad de tener intimidad en la relación tienen sus raíces en la imagen de Dios como uno. El matrimonio y la relación sexual conyugal entre un hombre y una mujer reflejan la naturaleza de unicidad y unidad de Dios. La sexualidad es un hermoso regalo de Dios que les da a los seres humanos la capacidad de tener una íntima relación amorosa.

Ha habido mujeres que me han contado (Dottie) cómo es que crecieron creyendo que el *sexo* era una palabra sucia. Aun dentro del matrimonio, algunas se sienten culpables por tener relaciones sexuales con sus esposos. Es evidente que estas mujeres tienen un punto de vista distorsionado. No hay razón para sentirse sucias ni culpables en cuanto a las relaciones sexuales dentro del contexto del matrimonio. Dios creó la sexualidad para que las parejas casadas disfrutaran de una conexión íntima.

Esta verdad se ha confirmado aun en el nivel biológico. Los investigadores han descubierto una hormona llamada *oxitocina*, apodada la «hormona del abrazo». La oxitocina es un químico que segrega el cerebro durante el acto sexual y en toda la actividad anterior que conduce a esto. Cuando se libera este químico, produce sentimientos de cariño, confianza y de profundo afecto. El mismo químico se libera cuando una madre amamanta a su bebé. El propósito es crear un profundo lazo humano o conexión de cariño hacia la otra persona.

Cada vez que tienes relaciones sexuales con otra persona, tu cuerpo experimenta una reacción química, la salida de oxitocina, que te avisa que seas íntimo con esa otra persona. Ese es uno de los propósitos principales de la relación sexual: llevar una vida íntima. Dios es el que creó la manera de satisfacer el deseo humano de intimidad en un nivel biológico. Sin embargo, eso solo es parte del asunto. La relación íntima no se adquiere solo al realizar un acto sexual físico. La sexualidad

humana tiene que ver con todos los aspectos del ser de la persona de manera física, emocional, espiritual y relacional. La relación sexual está hecha para conectarnos en cada nivel.

A través de los años hemos encontrado montones de parejas casadas deseando saber por qué han perdido la intimidad en su relación. Tienen relaciones sexuales en forma física, pero les hace falta un amor profundo que los conecte en cada nivel. Es como si vieran la relación sexual como un placer físico separado de sus vidas espirituales, emocionales y relacionales. Es algo que hacen, en vez de ser una manera de expresarse cada aspecto de sus vidas el uno al otro. La realidad es que una fantástica vida sexual no es la causa de una gran relación. Más bien, una relación íntima y cercana en cada nivel trae como resultado una fantástica vida sexual.

Casi todos nuestros hijos están confundidos también en cuanto a lo que es la relación sexual. Muchos piensan que está allí para hacerlos sentir físicamente cercanos con su pareja. Claro, la relación sexual les da por un breve momento un sentido físico de cercanía, pero como hemos estado diciendo, uno de sus propósitos reales es traer toda la dimensión de una pareja unida de manera espiritual, emocional y relacional por toda una vida. Por eso es que Jesús dijo: «Como ya no son dos sino uno [una pareja de casados], que nadie separe lo que Dios ha unido» (Mateo 19:6). Hasta que un hombre o una mujer estén listos para comprometerse a una vida entera de intimidad, no deben participar de un acto que está diseñado solo para eso.

Mientras criamos a nuestros hijos necesitamos aclararles una cosa y es que la relación sexual, esa atracción entre el sexo opuesto, es un hermoso regalo de Dios para cada uno de nosotros. No es algo sucio, aunque algunas personas hagan mal uso de él y distorsionen su propósito. Solo porque una cultura destructiva distorsione una cosa hermosa, no significa que actuemos como si fuera una plaga. Debemos valorar la relación sexual y la sexualidad humana al más alto nivel para lo cual las creó Dios. Después de todo, vino de Él, nos crearon como seres sexuales y a su imagen.

El factor del placer

Dios creó el sexo y las relaciones sexuales como un agente aglutinante a fin de conectar a un hombre y a una mujer de manera espiritual, emocional, relacional y física para toda la vida. Sin embargo, no creó este agente aglutinante como un evento para que se haga una sola vez. El «impulso de fusión» se puede sentir con tanta frecuencia y tan a menudo como nuestro apetito por la comida, tal vez aun más para algunos.

La intimidad es un factor muy importante en la sexualidad, pero el participar de la relación conyugal por puro placer es otra cosa. La relación sexual para un

hombre y una mujer casados que se han comprometido a amarse para toda la vida debería ser lo máximo. Eso no quiere decir que el placer sexual va a durar necesariamente hasta la vejez, pero puede ocurrir. Había un profesor universitario de ochenta y cuatro años que enseñaba un curso sobre sexualidad humana. Uno de sus estudiantes le preguntó hasta cuándo se podía disfrutar del placer sexual una pareja. Él declaró: «Yo no sé, pero debe ser hasta después de los ochenta y cuatro años». Claro y sencillo, la relación sexual se diseñó también para el placer, para disfrutarse el uno al otro dentro de los lazos del matrimonio y por tanto tiempo como lo permitan sus cuerpos.

Nos damos cuenta que hay esos que no están de acuerdo con que la relación sexual es también para el placer. Y nosotros como pareja no juzgamos a los que no están de acuerdo con nosotros. Respetamos a los que creen que la relación sexual es solo una obligación y un deber, ¡solo que sentimos que nuestro papel es explicarles que se están perdiendo un maravilloso placer! Además, si esto ayuda, incluso podemos respaldar la aseveración de que tener relaciones sexuales en el matrimonio para disfrutar es bueno, según muchos versículos bíblicos.

A veces las personas me preguntan (Josh): «¿Tomas la Biblia literalmente?». En seguida les respondo: «Cuando se trata de los consejos sabios de Salomón, ¡claro que sí!». Lee tú mismo:

> *Que tu esposa sea una fuente de bendición para ti. Alégrate con la esposa de tu juventud. Es una cierva amorosa, una gacela llena de gracia. Que sus pechos te satisfagan siempre. Que siempre seas cautivado por su amor (Proverbios 5:18-19).*
>
> *¡Qué hermosa eres! ¡Qué encantadora, mi amor, qué llena de delicias! Eres esbelta como una palmera y tus pechos son como los racimos de su fruto. Dije: «Treparé a la palmera y tomaré su fruto». Que tus pechos sean como racimos de uvas y tu aliento, como la fragancia de manzanas. Que tus besos sean tan apasionantes como el mejor de los vinos, que se desliza suavemente por los labios y los dientes (Cantares 7:6-9).*

Ahora bien, ¡esa es mi lectura bíblica favorita! No permitas que nada (una cultura ni las enseñanzas en su pasado) te roben el gozo que Dios quiere que tengas en tu vida sexual.

Una de las cosas que hice (Dottie) mientras crecían nuestros hijos era decirles cuánto Josh y yo disfrutábamos el uno del otro. Desde luego, los hijos no desean imaginarse en su mente los encuentros sexuales de sus padres, pero les decía a mis hijos que las relaciones sexuales se diseñaron para que fuera una experiencia hermosa y para disfrutarse cuando se expresan en el contexto del matrimonio. De maneras sutiles les decía que Josh y yo disfrutábamos en gran medida este regalo de Dios. De paso, si necesitas más refuerzos bíblicos acerca de que Dios desea que se disfrute la relación sexual en el contexto del matrimonio, examina más el libro de Cantares.

El factor de la procreación

Una de las primeras cosas que Dios le dijo a la primera pareja, Adán y Eva, fue: «Sean fructíferos y multiplíquense» (Génesis 1:28). Ahora bien, ¡ese tiene que ser uno de los mandamientos más agradable para cumplir! Y sin el cumplimiento del mandamiento de esta procreación, no continuaría el género humano.

Al principio del versículo en Génesis dice: «Luego Dios los bendijo con las siguientes palabras: “Sean fructíferos y multiplíquense”» (Génesis 1:28). Sin duda, el resultado de tener hijos es una bendición. Salomón dijo: «Los nietos son la corona de gloria de los ancianos; los padres son el orgullo de sus hijos» (Proverbios 17:6).

Quizá no haya mayor emoción que el darse cuenta que tu íntima expresión de amor hacia tu cónyuge creó una preciosa vida que por siempre la conocerán como tu hijo o tu hija. Claro que hay desafíos en dar a luz y en criar un hijo en estos días. Sin embargo, qué asombroso privilegio y bendición es tener una familia.

Tú como padre, o como líder con la responsabilidad de ayudar a los padres y a sus hijos, quieres que tus hijos transiten por la vida sin chocar con las minas antipersonales de la pornografía, el sexo fuera del matrimonio, ni por el dolor de familias y relaciones quebrantadas. A decir verdad, deseas que tus hijos sean una bendición para ti, para Dios y para el mundo que los rodea. Eso es lo que deseamos todos. Y uno de los primeros pasos para lograrlo está en la ayuda que les demos a nuestros hijos para que comprendan que la relación sexual es de Dios, que es buena y que no solo se diseñó para la procreación, sino también para su relación íntima y para su disfrute. El tema de este libro es cómo tú les puedes comunicar esto a tus hijos.

Nuestros hijos necesitan comprender cómo Dios quiere que las relaciones sexuales bendigan sus vidas y sus relaciones. Necesitan comprender su propósito, pero también deben comprender que si lo van a hacer como es debido, deben entender y seguir «las reglas del compromiso». Tal como con cualquier cosa que es poderosa y dinámica de verdad, debemos comprender de qué manera debe usarse. En el siguiente capítulo examinaremos cómo se debe experimentar la relación sexual dentro del contexto de los límites.

Capítulo 3
Sexo: Se vive dentro del contexto de los límites

Era una noche cálida y oscura cuando Justin y su novia Maddie querían ir a nadar. Justin sabía que sus vecinos del fondo de la cuadra se fueron de vacaciones por un largo tiempo y que ellos tenían una hermosa piscina en su patio trasero. Así que Maddie y él se deslizaron detrás de la casa del vecino, brincaron la cerca que rodeaba la piscina y se dispusieron a gozar de una noche de natación.

Justin se quitó los zapatos, subió la escalera del trampolín y antes de que Maddie se quitara los zapatos, se lanzó en un gran clavado. Escuchó el grito de ella antes que perdiera el conocimiento.

Los vecinos drenaron la piscina y solo había unos cuantos centímetros de agua en el lado hondo. Sin poder ver esto en la oscuridad, el clavado de Justin terminó con un poco de ruido de agua y un horrible ruido de huesos rotos. Su clavado nocturno lo dejó paralizado del cuello para abajo por el resto de su vida.

Esta pareja solo quería disfrutar un buen rato de fiesta acuática. La cerca marcaba un límite de propiedad, un límite que decía con claridad: «No entres», «Prohibido el paso» y «Se prohíbe la entrada». Sin embargo, Justin vio la cerca como la «aguafiestas», algo que quería evitarle a él y a su novia pasar un buen rato de diversión. En realidad, la cerca la pusieron para su protección.

Hay placer en el acto sexual

Sin duda, en la crianza de tus hijos tuviste que advertirles en algún momento: «No toques la cocina» o «Mira a ambos lados antes de cruzar la calle». Les has dado instrucciones mundanas como «No olvides cepillarte los dientes». Tú no eras un «aguafiestas». . . tus instrucciones eran para beneficio de tus hijos. Claro que no querías que se quemaran, ni que los golpeara un automóvil y ni siquiera que tuvieran caries dentales. Las órdenes negativas son límites hechos por los seres humanos . . . como una cerca diseñada para proteger a tus hijos de que se hagan daño.

Es probable que hayas tenido éxito en enseñarles a tus hijos ciertos conceptos básicos. Tal vez aprendieran que si tocan la cocina se quemarán, que pararse delante de un automóvil o que interponerse delante de un auto con exceso de velocidad lo dañarán y que las caries pudrirán los dientes si no se cepillan con regularidad. Sin embargo, es un desafío aun mayor para los jóvenes, incluso para los adultos de cualquier edad, aprender que la violación de las órdenes de Dios en cuanto al comportamiento sexual produce sufrimiento y dolor. Y hay una buena razón del porqué esto representa tal desafío.

El toque de una cocina caliente produce un dolor instantáneo. Que un automóvil a gran velocidad te atropelle produce daño inmediato. En cambio, la participación en una relación sexual es casi siempre placentera ya sea dentro de los límites del matrimonio o no. El placer físico del sexo puede ser gratificante, sin importar si es moralmente permisible o no. El cuerpo de un joven no sabe si está casado o no.

La realidad es que, en el calor del momento, la relación sexual se siente placentera, no importa si es buena o mala en lo moral. Así que no vamos a tener mucho éxito al enseñarles a nuestros hijos que el sexo antes del matrimonio no está bien debido a que no se sienta agradable. Ya se les ha dicho por numerosos medios externos que la relación sexual es grandiosa a cualquier hora. Además, por lo general, se describe en los medios de comunicación como placer instantáneo sin consecuencias a largo plazo. Entonces, ¿cómo contrarrestamos eso?

Explica cómo llevar al máximo las relaciones sexuales

Ahora bien, como padres o líderes cristianos, ¿qué les decimos a nuestros hijos para que no hagan algo? Casi siempre les decimos lo malo que es y todas las consecuencias negativas si experimentan con X, Y o Z. Parecería que lo que nunca queremos decirle a un joven es cómo obtener lo máximo de la cosa que queremos que evite. ¿Cierto?

Cuando se trata de relación sexual, nuestros hijos deben comprender lo maravillosa y fantástica que es *cuando se experimenta con la persona adecuada en el tiempo apropiado*. En otras palabras, cuando una persona tiene relaciones sexuales dentro del contexto del matrimonio, ¡puede disfrutarla al máximo! Cuando seguimos las instrucciones del diseño acerca de cómo algo está diseñado y la manera en que funciona, tenemos éxito. A decir verdad, incrementamos al máximo los beneficios de las cosas al usarlas de la forma en que se diseñaron para que se usaran.

¿Alguna vez has tratado de llevar a caminar a un pececito, o has tratado de cultivar una palmera en el polo norte, o solo atornillar un tornillo Phillips con un destornillador convencional? Sin duda, tendrás problemas. ¿Por qué? Porque los peces no se crearon para caminar. Se crearon para vivir en el agua y no en la tierra. Si un pez va a disfrutar su vida como se supone que la disfrute, tiene que vivir en el lugar para el que se diseñó, en el agua.

Las palmeras se diseñaron para florecer en lugares cálidos. Son árboles tropicales. Si se supone que vivan según estaban destinadas para vivir, tienen que mantenerse alejadas de los climas fríos como los del polo norte. Aun una simple tarea como atornillar un tornillo Phillips, se vuelve algo muy difícil cuando usas el destornillador equivocado. Si las máquinas, las plantas y los animales van a experimentar al máximo sus funciones, tienen que existir de acuerdo a su diseño. Así de sencillo.

Nuestros hijos necesitan comprender que la relación sexual es de Dios para un propósito determinado. La unión sexual es un regalo maravilloso para que sea más profunda la vida amorosa de una pareja casada, para traer gozo y placer físico a su relación y para crear una familia amorosa de uno o más hijos. Si respetas y honras la relación sexual de la manera en la que se destinó para su uso .uso60.uso60. entonces verás cómo la sexualidad es una de las mejores cosas que creó Dios.

Diles a tus hijos que hay una manera clara y hermosa de disfrutar el maravilloso regalo de la relación sexual. No es algo sucio ni malo. Es una hermosa manera de unirse cuando se adopta una importante directriz: ¡Seguir las instrucciones de uso según su diseño! Haz esfuerzos coordinados para que tus hijos sepan que hay un diseño específico y un conjunto de instrucciones que Dios nos dio sobre cómo llevar al máximo las relaciones sexuales en sus vidas.

«No» es la respuesta *positiva*

¿Alguna vez te has dado cuenta que cuando Dios nos dice «no» en su Palabra lo hace por dos motivaciones amorosas? Siempre quiere proveer para nosotros y protegernos. Moisés reconoció la motivación amorosa de Dios cuando desafió a la nación de Israel:

> *Y ahora, Israel, ¿qué requiere de ti el SEÑOR tu Dios, sino que temas al SEÑOR tu Dios, que andes en todos sus caminos, que le ames y que sirvas al SEÑOR tu Dios con todo tu corazón y con toda tu alma, y que guardes los mandamientos del SEÑOR y sus estatutos que yo te ordeno hoy para tu bien? (Deuteronomio 10:12-13,* LBLA*).*

La razón por la que Dios dice no («no hagas esto» o «no hagas aquello») es por nuestro bien. La razón por la que establece límites y pone la señal de «Prohibido el paso» es para proveer para nosotros y para protegernos. Revisa el Salmo 145. Describe a Dios como un proveedor y un protector. Y cuando se trata de la relación sexual, Dios también quiere ser nuestro proveedor y nuestro protector. Sin embargo, para experimentar esto debemos honrar los límites y las señales de prohibición en cuanto al comportamiento sexual. En otras palabras, debemos evitar la inmoralidad sexual.

En términos bíblicos, la inmoralidad sexual es toda relación sexual que ocurre fuera de un matrimonio entre un hombre y una mujer (sexo extramatrimonial y prematrimonial). La Escritura declara:

- «Deben abstenerse de [. . .] inmoralidad sexual» (Hechos 15:29).
- «¡Huyan del pecado sexual!» (1 Corintios 6:18).
- «No debemos cometer inmoralidad sexual» (1 Corintios 10:8).
- «Entre ustedes ni siquiera debe mencionarse la inmoralidad sexual [. . .] porque eso no es propio del pueblo santo de Dios» (Efesios 5:3, nvi).
- «La voluntad de Dios es que sean santos, entonces aléjense de todo pecado sexual» (1 Tesalonicenses 4:3).

El respeto de los límites de la moral sexual y las señales de «Alto» para la relación sexual extramatrimonial y prematrimonial trae protección y provisión. He aquí solo algunas.

Protección de	Provisión para
culpa	beneficios espirituales
embarazos imprevistos	atmósfera óptima para la crianza de los hijos
enfermedades venéreas	paz mental
inseguridad sexual	confianza
ansiedad emocional	verdadera intimidad

Sin duda, cuando se experimentan estos beneficios, se favorece al máximo la vida sexual de las personas en el matrimonio. Por ejemplo, como una joven pareja de novios (Josh y Dottie), desde el principio tomamos la decisión de esperar hasta el amoroso compromiso del matrimonio antes de expresarnos de manera sexual. Ese compromiso significaba que permaneceríamos sexualmente fieles el uno al otro después del matrimonio. Y así lo hemos hecho. A causa de que ambos fuimos obedientes a los mandamientos de Dios en cuanto al sexo, hemos estado protegidos de los sentimientos de culpa y hemos disfrutado de una relación ininterrumpida con Dios.

Nunca hemos tenido que pasar la tristeza de un embarazo previo al matrimonio. Por consiguiente, no experimentamos el desgarrador tormento de planificar una adopción ni la lucha de casarnos antes de que estuviéramos preparados debido a un embarazo.

Hemos estado protegidos del temor de que una enfermedad de transmisión sexual llegue a nuestro lecho matrimonial.

Hemos estado protegidos de la inseguridad sexual que puede ocurrir debido a una comparación con los amantes sexuales anteriores que tuviera nuestro cónyuge en el pasado. Por lo tanto, hemos experimentado el privilegio de confiar el uno en el otro en nuestra relación.

Hemos estado protegidos de la angustia emocional que una relación extramatrimonial puede traer y de los sentimientos de traición que puede causar ese tipo de relación. Como resultado, hemos disfrutado juntos de una intimidad relacional libre de abusos de confianza o de los fantasmas del pasado.

La relación sexual que diseñó Dios se hizo para que se viviera dentro del contexto de límites saludables: prohibiciones antes del matrimonio y fidelidad después del matrimonio. Si una pareja sigue el diseño de Dios, puede experimentar la belleza de la relación sexual según se dispuso que se experimentara. Sin embargo, es de suma importancia que nuestros hijos comprendan lo que son estos límites y que logren identificarlos por nombre. Eso se debe a que estos límites son los que hacen que el «no» sea una respuesta positiva. Estos límites son la verdadera

razón de que la relación sexual se experimente al máximo cuando vivimos dentro de ellos.

La identificación de los límites en el comportamiento sexual

Ya hemos dicho que los límites de Dios existen para protegernos y proveer para nosotros. Y al menos hay tres límites sexuales descritos en la Biblia. Hablando en sentido figurado, los tres representan una vía con dos vallas de seguridad de guía. Cuando caminamos por esa vía, sin apartarnos a la derecha ni a la izquierda, incrementamos al máximo la relación sexual como la diseñó Dios.

El límite de la pureza

La Biblia dice: «Honren el matrimonio, y los casados manténganse fieles el uno al otro» (Hebreos 13:4). «La voluntad de Dios es que sean santos, entonces aléjense de todo pecado sexual. Como resultado cada uno controlará su propio cuerpo y vivirá en santidad y honor, no en pasiones sensuales como viven los paganos, que no conocen a Dios ni sus caminos [. . .] Dios nos ha llamado a vivir vidas santas, no impuras» (1 Tesalonicenses 4:3-5, 7).

La pureza es el límite de Dios que nos provee una vida sexual al máximo y nos protege de las consecuencias negativas de la inmoralidad sexual. Sin embargo, ¿qué quiere decir ser puro?

¿Alguna vez has comido una barra de chocolate que en su envoltura dice «puro chocolate con leche»? ¿Qué me dices de un tarro de miel de abeja? Algunas etiquetas dicen: «Miel de abeja pura, sin edulcorantes artificiales». La pureza del chocolate o de la miel quiere decir que no hay sustancias extrañas que las contaminen o que eviten que su sabor sea como un chocolate o miel auténtica.

Ser puro en lo sexual es «vivir de acuerdo al diseño original de Dios», sin permitir que nada entre a arruinar su auténtico y perfecto plan para la relación sexual. Como ves, la relación sexual se diseñó para expresarse entre un esposo y una esposa. Tener más de un compañero sexual sería como traer una sustancia extraña a la relación y dejaría de ser pura. Si dejas caer una piedrecita sucia en un vaso de agua pura, se adulteraría y se volvería impura. Un vaso de agua sin impurezas es un vaso de agua no adulterada. Dios quiere que nuestras vidas sexuales no sean adulteradas.

El diseño de Dios es que la vida sexual se experimente dentro de un círculo que no esté roto, una unión pura entre dos personas vírgenes que entran en una relación exclusiva. Esa unión pura puede quebrantarse aun *antes* del matrimonio, si uno o los dos cónyuges no han mantenido su vida íntima pura ni ha esperado a tener relaciones sexuales hasta que se puedan tener dentro de la pureza de una vida entre esposo y esposa.

¿De dónde vino esta pureza sexual? De la propia imagen de Dios mismo, quien

dijo: «Sean santos, porque yo soy santo» (1 Pedro 1:16, nvi). «Todo aquel que tiene esta esperanza [de gloria] en él, se purifica a sí mismo, así como él [Dios] es puro» (1 Juan 3:3, rvc). Por naturaleza, Dios es santo y puro. «¡No existe maldad en él!» (Salmo 92:15). Cuando reflejamos la imagen de Dios al mantener la pureza sexual antes del matrimonio y después del matrimonio, gozamos la protección y la provisión de la relación sexual y la experimentamos tal como se dispuso para que la disfrutáramos.

El límite de la fidelidad

El séptimo mandamiento dice «No cometas adulterio» (Éxodo 20:14). Jesús enseñó que una vez que un hombre y una mujer están unidos como uno en matrimonio, no deben cometer adulterio, sino permanecer fieles el uno al otro. Jesús dijo: «Que nadie separe lo que Dios ha unido» (Marcos 10:9). Dios le dijo a Israel: «¡Pues yo odio el divorcio! [. . .] Por eso guarda tu corazón; y no le seas infiel a tu esposa» (Malaquías 2:16).

Lo que las parejas hacen el día de su boda es comprometerse a ser fieles el uno al otro .otro60.otro60. «prometo solemnemente de aquí en adelante serte fiel, estar contigo en tiempos de salud y de enfermedad, sea que mejore o empeore tu suerte, para amarte y consolarte hasta que la muerte nos separe. En esto te empeño mi palabra y mi fe». Es probable que no exista nada mejor que saber que alguien te ama más que a otro y que se dedicará por completo a ti por toda su vida. *La fidelidad es el límite de Dios* que provee para una vida sexual al máximo y nos protege de las consecuencias negativas de la inmoralidad sexual.

Mi esposo (Josh) ha viajado fuera de casa la mayoría de nuestra vida de casados. Él ha tenido más de una oportunidad para serme infiel. Sin embargo, en más de cuarenta años de matrimonio ha demostrado lealtad, fidelidad, entrega y devoción a un solo amor y una sola relación sexual en su vida, o sea a mí como su esposa. Y eso es conmigo. Eso significa un mundo para mí. Profundiza mi sentido de valor, me da seguridad y me dice que soy amada. De todas las más de tres mil millones de mujeres que hay en este planeta, yo soy la única y la incomparable para mi amante, Josh. Esa clase de amor es algo que se lleva en el corazón.

Dios nos creó con el deseo y el anhelo de ser esa «única e incomparable persona» para nuestro cónyuge. Vino de la propia naturaleza de Dios mismo. «Reconoce [. . .] que el Señor tu Dios es verdaderamente Dios», le dijo Moisés a los israelitas. «Él es Dios fiel, quien cumple su pacto por mil generaciones» (Deuteronomio 7:9). Un compromiso de amor fiel es aún otro límite de protección y provisión para nuestras vidas sexuales.

El camino del amor

La vida sexual debe vivirse dentro de los límites de la pureza por un lado y la

fidelidad por el otro. Lo que hace es proveer el sólido camino para la relación sexual de una pareja de casados. Y ese camino es el amor.

La mayoría de los niños que crecen en un hogar cristiano tiene un estándar moral. Si tienes un adolescente, es probable que piense que tener relaciones sexuales con cualquiera es, sin duda alguna, malo. Y, por supuesto, deberías estar orgulloso de que tenga ese punto de vista. Aun así, hay una trampa peligrosa.

Casi todos los hijos de buenas iglesias y de familias cristianas sienten que, de algún modo, es diferente si dos personas están en una relación comprometida donde está presente el «verdadero amor». Entonces la participación de las relaciones sexuales antes del matrimonio parece justificada porque «el amor hace lo que es bueno».

Asusto (Josh) a muchos padres y líderes de iglesias cuando digo que estoy de acuerdo, en cierto modo, con los jóvenes de hoy: Creo que el verdadero amor *hace* lo que es bueno. Ahora bien, antes de que me envíes un correo electrónico para quejarte, escúchame. El problema es que, la mayoría de los jóvenes, obra desde un falso estándar del amor, uno que dice que el amor permite el sexo sin los límites de pureza ni de fidelidad.

Lo que necesitamos entender es *la definición de amor según Dios*. En 1 Corintios, el apóstol Pablo da una buena descripción de lo que es el amor y de lo que no es el amor:

> *El amor es paciente y bondadoso. El amor no es celoso ni fanfarrón ni orgulloso ni ofensivo. No exige que las cosas se hagan a su manera. No se irrita ni lleva un registro de las ofensas recibidas. No se alegra de la injusticia sino que se alegra cuando la verdad triunfa (1 Corintios 13:4-6).*

Sin embargo, en realidad eso no define por completo lo que es el amor.

Pablo escribió que «el amor no hace mal a otros» (Romanos 13:10). En su lugar, vamos a tratar a todas las personas como nos gustaría que nos trataran a nosotros. ¿Recuerdas la Regla de Oro? «Haz a los demás», ordenó Jesús, «todo lo que quieras que te hagan a ti» (Mateo 7:12). Pablo lo explicó así: «Cada uno debe velar no sólo por sus propios intereses sino también por los intereses de los demás» (Filipenses 2:4, nvi). En este momento empezamos a ver que el verdadero amor no busca lo suyo.

Ahora, observa como la Biblia le ordena al esposo amar a su esposa.

> *De la misma manera, el marido debe amar a su esposa como ama a su propio cuerpo. Pues un hombre que ama a su esposa en realidad demuestra que se ama a sí mismo. Nadie odia su propio cuerpo, sino que lo alimenta y lo cuida tal como Cristo lo hace por la iglesia (Efesios 5:28-29).*

¿Qué clase de amor es ese? Un amor que alimenta, nutre y provee para el otro y también lo cuida, lo atiende y lo protege.

Con estos versículos y otros como guía, podemos definir el amor como esto:

El amor es lo que hace que la seguridad, la felicidad y el bienestar de la otra persona sean tan importantes como las tuyas propias.

Cuando una persona ama a otra persona de esta manera, permitirá que los límites de la pureza y la fidelidad le guíen en su vida sexual, porque eso hace posible su felicidad y los protege de daños. El amor, el verdadero amor, esperará hasta el matrimonio para participar del sexo y permanecerá puro y fiel dentro del matrimonio. Por lo tanto, en lo que respecta a eso, el verdadero amor hace lo que es bueno.

¿Y dónde se origina este amor? De Dios, «porque Dios es amor» (1 Juan 4:8). La definición del amor de Dios es la clase de amor que protege al ser amado de daño y provee para su bien. Su amor es dar y confiar, firme y seguro, leal y para siempre. Debido a que su prioridad es proteger y proveer para el ser amado, esta clase de amor no hará nada que dañe la seguridad, la felicidad y el bienestar de la otra persona.

¿No es ese el camino que deseas que sigan tus hijos? ¿No es ese el compromiso de pureza y de fidelidad con los límites que quieres que adopten tus jóvenes? No es en sí fácil inculcar estas verdades en nuestros hijos cuando la cultura que los rodea les dice otra cosa. Sin embargo, estamos aquí para decir que es posible. Tú no tienes que sentarte con tus hijos y tratar de enseñarles estas verdades al estilo de un salón de clases. Es más, eso puede ser más bien contraproducente. Con todo y eso, hay una manera de inculcar el plan de Dios respecto al sexo dentro de tus hijos. Hay un método que promoverá su respuesta positiva. Y muchos padres y líderes cristianos no lo tienen en cuenta. Ese es el tema del siguiente capítulo.

Capítulo 4

Sexo: Cuando se enseña dentro del contexto de las relaciones

Se me acercó corriendo y apretó mi brazo. Me di vuelta. Habló sin presentarse.

—Josh, ¿qué puedo hacer con mi familia?

Acababa de terminar una conferencia con más de seiscientos pastores cristianos presentes en las Filipinas acerca de «Cómo ser un héroe para tus hijos». Este pastor en particular me explicó que a sus tres hijos, de diecisiete, trece y diez años de edad, los consideraban «los peores niños de la iglesia».

—Yo he hecho todo lo que sé hacer —me dijo—. Les he predicado la Palabra de Dios a cada instante. He hecho que memoricen la Biblia. Ya saben lo que se espera de ellos, pero se han rebelado. ¿Qué hago?

Había un sentido de desesperación en la voz de este padre. Estaba tratando por todos los medios que sus hijos vivieran dentro de los límites de la Palabra de Dios. Quería que experimentaran la protección y la provisión de la obediencia. Todos nosotros también queremos lo mismo para nuestros hijos.

Le toqué el hombro y le miré directo a los ojos.

—Hermano, mi consejo es que olvide las reglas.

—¿Qué? —me respondió incrédulo—. Eso es lo que está mal . . . no están obedeciendo ninguna regla. ¿No cree usted que deberían hacerlo?

—Sé lo que usted quiere decir —le contesté—. Aun así, le repito que deje de enfatizar en las reglas.

Al parecer, esto no parece un buen consejo, ¿verdad? Todos sabemos que las reglas son importantes, porque proveen los límites o las guías para nuestras acciones. Sin embargo, son solo la punta del iceberg, por decirlo así. Necesitamos comprender lo que en verdad produce el verdadero cambio en el comportamiento de nuestros hijos. Debido a que eso es lo que queremos ante todo: guiar a nuestros hijos para que tomen las decisiones adecuadas, y cuando no lo hacen, queremos guiarlos de vuelta al buen camino. Entonces, ¿cómo hacemos eso? Dottie y yo hemos descubierto que las tablas en las páginas siguientes y sus explicaciones fueron la clave para ayudarnos a guiar a nuestros propios hijos a tomar buenas decisiones.

Sabemos que cada una de nuestras acciones y de nuestro comportamiento lo fomenta algo. Ese algo son nuestros valores. Las decisiones morales en realidad las dictan los valores que tenemos. Sin embargo, ¿qué forma nuestros valores? Nuestros valores se forman de nuestras creencias. Cada uno de nosotros llega a creer que ciertas cosas son ciertas o no en cuanto al mundo que nos rodea. Esas creencias forman nuestros valores y nuestros valores guían nuestro

comportamiento (observa el diagrama).

Lo que creemos también puede denominarse como nuestra *cosmovisión*. ¿Qué es la cosmovisión? En pocas palabras, es cómo vemos nuestro mundo. Una cosmovisión es lo que suponemos que es verdad acerca de la composición básica de nuestro mundo. Es el lente a través del cual vemos el mundo. Es como nuestro mapa mental de la realidad. Por ejemplo, ¿a qué se debe que el sesenta y siete por ciento de los hombres jóvenes y el cuarenta y nueve por ciento de las mujeres jóvenes consideren que ver pornografía es un comportamiento aceptable?[1] Sus valores les dicen que está bien porque su cosmovisión (sus creencias) ha adoptado la pornografía como una expresión aceptable de la sexualidad. Ciertas creencias han moldeado sus valores, y sus valores mueven sus acciones.



Así que si nuestro amigo pastor de las Filipinas solo se centra en las acciones o los comportamientos de sus tres hijos, ¿hasta dónde puede avanzar? Ah, pudiera modificar cierto comportamiento con reglas o restricciones por un tiempo. Sin embargo, un cambio duradero tiene que comenzar en un nivel más profundo. Muchos padres, como dijimos antes, escolarizan a sus hijos en casa o los envían a escuelas cristianas, a grupos de jóvenes cristianos y a campamentos cristianos de verano con la esperanza de que cambie o se moldee su comportamiento. Esperan que a sus hijos se les enseñen las cosas adecuadas de modo que crean en la verdad de Dios acerca del amor, de las relaciones sexuales y de lo que es bueno o malo. Tal vez solo así logren tomar las decisiones morales adecuadas. Todo esto quizá sea bueno, pero estamos aquí para decir que si enseñar a tus hijos a creer la verdad es todo lo que vas a hacer, no será lo suficiente bueno.

El fundamento que hace falta

No hace mucho, estaba (Josh) predicando en una iglesia grande en el medio oeste. La iglesia acababa de terminar un gran proyecto de construcción y se había mudado a su nuevo edificio. Al acercarme a la entrada vi un inmenso cartel que

colgaba del edificio. Decía: «¡Predicamos la verdad, y solo la verdad!».

Por supuesto que nosotros debemos enseñarles a nuestros hijos la verdad de Dios, de esa manera es como adoptan creencias adecuadas y se forman un punto de vista bíblico. Sin embargo, he escuchado muchas declaraciones parecidas cuando las personas hablan de «solo la verdad». Así que lo primero que pensé al ver el cartel fue: *Si ese cartel significa lo que sospecho, esta iglesia está destinada al fracaso*.

Muchos padres están atrapados en la misma trampa. Piensan que ya han hecho bastante si pueden lograr que sus hijos crean la verdad de Dios, porque entonces adoptarán los verdaderos valores y harán bien las cosas. En cambio, este acercamiento está destinado al fracaso porque le falta el ingrediente clave que hace que la verdad de Dios se haga viva y transforme la vida de una persona. ¡Y esa clave es la *relación!*

El rey David dijo: «Declárame inocente, oh Señor, porque he actuado con integridad [. . .] y he vivido de acuerdo con tu verdad» (Salmo 26:1, 3). Cuando solo citamos el versículo 1 y la última parte del versículo 3, como lo hicimos aquí, no nos fijamos en el contexto de que la verdad debe vivir dentro. Ya ves, la verdad de Dios siempre nos la da un Dios amoroso que quiere lo mejor para nosotros. Vamos a leer todo el versículo 3.

> *Pues siempre estoy consciente de tu amor inagotable, y he vivido de acuerdo con tu verdad (Salmo 26:3).*

David siempre era consciente del infalible amor de Dios y de su conexión relacional con él. Veía la verdad de Dios dentro del contexto de un Padre amoroso que se preocupaba por su hijo. Más adelante oraría: «Enséñame tus caminos, oh Señor, para que viva de acuerdo con tu verdad», reconociendo que «muy grande es tu amor por mí» (Salmo 86:11, 13). David veía una relación directa entre conocer y amar a Dios y vivir de una manera que agradara a su amoroso Padre. Había descubierto que su buena manera de vivir se fortalecía debido al amor infalible que le tenía Dios. También el apóstol Juan descubrió ese poder cuando dijo: «Nosotros amamos, porque Él nos amó primero» (1 Juan 4:19, LBLA).

Es verdad, tal como lo dijimos antes, las creencias moldean nuestros valores y los valores nos motivan a la acción. Sin embargo, la realidad es que todos interpretamos lo que creemos acerca de Dios, de nosotros mismos y de toda la vida a través de nuestras experiencias de relaciones. El rey David lo dijo bien . . . las buenas acciones vienen de adoptar la verdad de Dios (creencias y valores), y todo esto lo faculta el amor infalible de Dios (relación).

Todo lo que tus jóvenes han aprendido, todo lo que saben, incluso *cómo* lo aprendieron, ha venido de una relación con alguien o con algo. A menudo no lo pensamos de esta manera, pero mucho de lo que somos cada uno de nosotros hoy es

el resultado directo de con quién nos relacionamos y cómo lo hacemos. Y es a partir de estas relaciones que establecemos nuestras creencias, nuestra cosmovisión. Las relaciones de amor incondicional son el terreno fértil donde se desarrollan las creencias de tus jóvenes y donde se forman los valores que conducen a sus acciones (observa el diagrama).



¿Por qué es que las relaciones son tan importantes para desarrollar creencias, valores y acciones apropiadas? Porque nos crearon de esa manera. El Dios relacional del universo plantó en lo profundo de cada uno de nosotros un marcador de identidad o característica distintiva de su propia imagen . . . y esa fue la capacidad para las relaciones de amor. Sabemos eso por la Biblia (Génesis 1:26-27). Y hace poco la ciencia médica confirmó esa verdad en el desarrollo de la estructura del cerebro.

Hace varios años, la facultad de medicina de Dartmouth ordenó un estudio científico sobre los jóvenes. El proyecto, al cual se le llamó «Hardwired to Connect» [Estructurado para conectarse], analizó los resultados de más de doscientos sesenta estudios de jóvenes. El informe declaró que el cien por cien de todos los estudios mostró que desde el momento en que nace un bebé, su cerebro está diseñado de manera física, biológica y química para conectarse con otros en lo relacional[2]. Por eso el muy respetado Dr. Allan Schore de la facultad de medicina de la Universidad de California en Los Ángeles dijo: «Nacimos para entablar relaciones. Nuestros cerebros están estructurados de manera física para desarrollarse a la par de otros a través de la comunicación emocional antes de que se emitan palabras»[3]. Eso no debería sorprendernos, ya que nos crearon a la imagen de un Dios relacional. Sin embargo, muy a menudo comunicamos reglas y verdades apartes de las relaciones amorosas. Nosotros, al igual que nuestros dos pastores amigos, «predicamos la verdad y solo la verdad».

En Efesios, el apóstol Pablo dijo que «hablaremos la verdad con amor» (Efesios 4:15). La verdad se concibió para que siempre se impartiera dentro del contexto de

una relación de amor. Pablo dijo: «Los amamos tanto que no sólo les presentamos la Buena Noticia de Dios, sino que también les abrimos nuestra propia vida» (1 Tesalonicenses 2:8). Pablo no estaba promoviendo el método de «solo la verdad»; estaba enseñando dentro del contexto de una relación viva con los que amaba. De esa manera profundizó la verdad y cambiaron las acciones de la gente.

En realidad, sin relaciones saludables, todas las tentativas de inculcar creencias, valores y acciones apropiadas serán ineficaces, debido a que están separadas de los elementos necesarios de amor y cuidados personales. Es el amor personal y el cuidado que usa Dios para ayudar a las personas a tomar las decisiones morales adecuadas. Por eso la verdad sin la relación muy a menudo conduce al rechazo, y la disciplina y las reglas sin relaciones con frecuencia conducen al enojo y al resentimiento. Sin embargo, cuando se coloca la verdad dentro del contexto de las relaciones de amor, casi siempre se obtiene una respuesta positiva. ¿Por qué es que el rey David vivía de acuerdo a la verdad de Dios? Porque siempre era consciente del «amor infalible» de su Padre celestial . . . la verdad dentro del contexto de las relaciones de amor.

Ver es creer

Al enseñarles a nuestros hijos la verdad, lo que está bien y lo que está mal sobre el sexo, dentro del contexto de las relaciones, es vital. Lo más probable es que nuestros jóvenes necesiten corregir sus acciones, evitar la pornografía, resistir la presión sexual, vivir dentro de los límites de la pureza y la fidelidad y expresar el amor según lo define Dios. Además, serán mucho más receptivos a esas instrucciones . . . es más, tendrán el poder para vivir de acuerdo a las mismas, al sentir su amor infalible. Por lo tanto, necesitan más que solo sentir tu amor; necesitan verlo ejemplificado.

El apóstol Juan dijo: «Que nuestro amor no quede sólo en palabras; mostremos la verdad por medio de nuestras acciones» (1 Juan 3:18). Para que nuestros hijos acepten nuestras convicciones, adopten nuestros valores y tomen buenas decisiones, necesitan ver también la verdad modelada en nuestras vidas.

Cuando nosotros (Josh y Dottie) veíamos actitudes malsanas o equivocadas en nuestros hijos, desde luego que los corregíamos. A pesar de esto, aprendimos que nuestros esfuerzos no eran eficaces en realidad a menos que nuestros hijos pudieran contestar «sí» a tres peguntas muy importantes. Sus respuestas nos decían si éramos el modelo apropiado o no. Así que cuando veía (Josh) que Kelly hacía algo malo que necesitaba atención, le hacía estas preguntas:

1. «Kelly, ¿sabes que te amo?»
2. «¿Sabes que amo a tu mamá?»
3. «Cuando te cases, ¿quieres tener un matrimonio con amor en la vida sexual y en la vida familiar como el que tengo con tu mamá y con ustedes mis hijos?»

Si respondía de forma afirmativa a cada una de esas preguntas, sabía que estaba en una gran posición para guiarla. Le podía decir: «Kelly, lo que estás haciendo puede robarte en el futuro la clase de cosas que ahora me ves disfrutando en mi propio matrimonio». Como mi hija estaba viendo un modelo de relaciones en el que podía creer, era más receptiva a mis instrucciones. Si nuestros hijos no lo ven así, les resultará muy difícil creernos.

El apóstol Pablo dijo: «Tomen mi vida como modelo y aprendan de los que siguen nuestro ejemplo» (Filipenses 3:17). La palabra *ejemplo* en el griego es *tupos*, que quiere decir patrón o modelo para imitarse o reproducirse. Pablo estaba diciendo que su vida era un modelo a seguir. Tu vida y la nuestra también son modelos para que sigan nuestros hijos. No, no somos perfectos. Es más, no hay tales cosas como padres perfectos. Sin embargo, aun en nuestras imperfecciones podemos modelar humildad y ser personas que buscan el perdón cuando estamos equivocados.

Recuerdo (Dottie) una vez en la que Josh y yo teníamos una acalorada discusión a oídas de nuestros hijos. En un punto de la discusión, Josh se fue enojando. Lanzó un cuaderno sobre la mesa y dijo: «Me voy de aquí». A continuación, salió de la casa enojado y se marchó en su automóvil. Nada de esto pasó inadvertido para el resto de la familia.

No obstante, al poco rato estaba de regreso. Llamó a todos a una reunión familiar. Delante de los hijos me dijo que estaba equivocado. Dijo que sentía mucho haberme herido emocionalmente y me pidió perdón. Luego, se volvió a los chicos y les dijo que le había faltado al respeto a su madre y también les pidió perdón. Ahora bien, las acciones anteriores de Josh estuvieron muy lejos de ser un modelo perfecto, pero de todas maneras fue un gran modelo de lo que se debe hacer cuando uno se equivoca.

Créelo o no, tus jóvenes necesitan ver que te equivocas y procuras el perdón con humildad, al igual que verte como un modelo de vida adecuado. Pablo explicó cómo llevaba a las personas a Dios «a través de mi mensaje y de la manera en que he trabajado entre ellos» (Romanos 15:18). Deben usarse las dos cosas, nuestras palabras de verdad dentro del contexto de las relaciones y nuestras vidas como un modelo. Nosotros «mostremos la verdad por medio de nuestras acciones» (1 Juan 3:18).

La conexión del padre . . . o la falta de uno

La facultad de medicina Johns Hopkins ordenó un estudio entre mil trescientos treinta y siete médicos graduados de su institución. Estaban interesados en las relaciones familiares de su niñez como un factor de ciertas condiciones y enfermedades. Resultó evidente que las enfermedades mentales y los principales cánceres estaban relacionados con la falta de cercanía a uno de los padres, el padre

en especial[4].

Cuando leí ese estudio, me sentí abrumado. Llamé a la escuela de medicina de Johns Hopkins y me comuniqué con los investigadores del estudio. Quería saber por qué la falta de cercanía con el padre era un factor clave. Les tomó a los investigadores como tres minutos para convencerme del porqué ese era el caso. Dijeron que cualquiera que tuviera una relación desconectada con su padre tiene más posibilidad de tener estrés excesivo en la vida, y el estrés es el factor primario que contribuye a desarrollar las condiciones mencionadas.

Estos y otros estudios fueron puntos sobresalientes allá a principios y mediados de los años de 1980. Muchos estudios que siguieron arrojaron más luz a los estudios previos acerca de cómo nuestra salud física y las relaciones están vinculadas. Tan recientemente como febrero de 2012, la revista *Time* informó:

> *Se han hecho estudios que muestran que las personas con redes sociales cercanas tienen la tensión arterial más baja, las hormonas de estrés más bajas y los sistemas inmunes más robustos que quienes no las poseen. En el año 2010, los científicos en la Universidad Brigham Young analizaron datos que obtuvieron de más de trescientas mil personas. Descubrieron que el tener malas conexiones sociales puede aumentar el riesgo de muerte prematura, tanto como los que tienen el hábito de fumar y aun más alto que quienes padecen de obesidad* [5].

Los hijos necesitan las relaciones amorosas de su mamá y de su papá para crecer sanos de manera física, espiritual, emocional y relacional, lo cual les guiará a tomar buenas decisiones. Y la conexión del padre es vital.

María Kefalas, una socióloga que estudia el matrimonio y los asuntos familiares, fue coautora de un libro fundamental sobre las madres de bajos ingresos llamado *Promises I Can Keep: Why Poor Women Put Motherhood Before Marriage*. Comenta: «Las mujeres siempre me dicen: "Yo puedo ser madre y padre para mi niño", pero esto no es cierto. La crianza sin un papá produce un efecto psicológico en el niño. Quizá la mamá no necesite a ese hombre, pero sus hijos sí»[6].

La Universidad de Columbia hizo un estudio extenso sobre cómo una familia biológica con padre y madre y una familia monoparental dirigida por una madre afecta la participación del adolescente en las drogas, el alcohol y la violencia. Informaron que un niño criado solo por su madre es treinta por ciento más probable de que se involucre en las drogas, el alcohol y la violencia, que uno que tiene un hogar apoyado por su padre y por su madre[7]. Las relaciones dentro de la familia con la mamá, y con el papá en especial, son muy determinantes sobre cómo actúa un hijo.

Dios nos diseñó como seres relacionales. Todos necesitamos el amor infalible de una madre y un padre y la amistad constante de otros. Si no tenemos estas conexiones relacionales, sufrimos las consecuencias, en particular cuando no tenemos la conexión de un padre.

Estamos haciendo un énfasis especial acerca de la necesidad de que los padres

tengan una conexión profunda y relacional con sus hijos. No es que los hombres tengan menos deseos de conectarse con sus hijos que las madres, solo es que por intuición los hombres no saben cómo hacerlo. Por eso dedicamos todo un libro al tema titulado *El padre que yo quiero ser*. Queríamos ayudar a que los papás supieran cómo conectarse mejor en un nivel más profundo con sus hijos y sus hijas*. No obstante, el hecho de que los hijos estén clamando por sus papás, no debería verse como una reflexión negativa hacia ustedes las mamás.

En general, los estudios y nuestras propias observaciones muestran que ustedes las mamás están haciendo un buen papel. En muchos aspectos, la mayoría de los hijos dan por sentado a sus madres. Sienten que mamá siempre va a estar allí para ellos, para escucharlos, para sufrir con ellos, para simpatizar con ellos. Sin embargo, con el padre es diferente. Los hijos casi nunca sienten esa misma seguridad relacional con su papá. Y eso los impacta de forma negativa. La mayoría de los padres podrían aprender mucho de sus esposas, si tan solo las escucharan.

Y si eres una mamá soltera, permítenos decirte: Haces con tus hijos una tarea mucho mejor de lo que piensas. No, tú no puedes ser el modelo ante tus hijos del amor de una mujer por un hombre ni del amor de un hombre por una mujer. Aun así, puedes estar presente para tus hijos con todo el don de Dios para proteger y cuidar, así como con el amor y el apoyo que te da Él. Tus hijos saben que te resulta difícil y, de algún modo, saben que caminas la milla extra todos y cada uno de los días.

También considera esto: Si el padre de tus hijos ya no está cerca o no es un papá idóneo, busca en tu iglesia hombres temerosos de Dios, maduros, que puedan proveerles un modelo de hombría cristiana a tus hijos. Quizá otro papá esté dispuesto a incluir a tus hijos en sus paseos de familia o hacer un esfuerzo especial para entablar amistad y hablar con ellos. La figura de un papá tiene una tremenda influencia en la vida de un niño. Y en las familias donde el papá está ausente, es sabio tratar de llenar ese vacío con un amigo que pueda servir como un modelo positivo para tus hijos.

Y para todas las mamás: Ustedes, más que ninguna otra persona, determinarán cómo es que sus hijos verán al papá. Ustedes tienen un enorme poder, ya sea de apoyar a papá en su amor hacia sus hijos o menospreciarlo y hacer que se vea incompetente ante sus ojos. Anima a tu esposo en sus intentos de ser papá. Lo necesita. Apóyalo con tus palabras hacia él y hacia tus hijos. Te necesita más de lo que quizá él mismo se dé cuenta. Así que sé paciente, sé sabia y continúa animándolo para que esté allí por sus hijos.

¿Has abrazado a tu hijo últimamente?

Cuando tu hijo llega a la edad de la adolescencia, parece ser que no necesita el afecto físico y emocional de mamá y papá. Sin embargo, es probable más que en

ninguna otra etapa de su vida que un adolescente necesite experimentar el «amor infalible» de sus padres.

Una jovencita escribió una canción acerca de su padre ausente, donde hablaba de usar la ropa vieja de su papá. Soñaba con tener otro papá, uno que no la abandonaría nunca, uno que la abrazaría.

Esa jovencita creció y grabó una canción bajo el título «Las confesiones de un corazón roto». Después actuó en películas, entró y salió de la cárcel, fue a rehabilitación y luchó para salir adelante. Entonces, cuando ves más allá del errático comportamiento de la actriz, escritora de canciones y compositora como lo es Lindsay Lohan, puedes ver la búsqueda de una chica por encontrar el amor de su padre.

Un extraordinariamente talentoso niño de cinco años estaba ensayando canciones con sus cuatro hermanos. Los hermanos cantantes ensayaban para un próximo programa de televisión. Su padre los estaba guiando en ese número y no estaban haciendo bien sus partes. El pequeño de cinco años quería una aclaración, así que empezó a hacer una pregunta. «Papi», dijo. Al instante, su padre le interrumpió y le dijo con severidad: «En este momento no soy tu papá, soy tu gerente, y no lo olvides nunca». Y el pequeño Michael Jackson nunca lo olvidó.

Unos cuantos años antes de su muerte, Michael Jackson estaba hablando a ochocientos estudiantes en la Universidad de Oxford, promoviendo su nueva fundación «Help the Children». A los quince minutos de su presentación empezó a llorar casi sin control. Después de unos minutos se recuperó y, al parecer, sin motivo alguno dijo: «Yo solo quería un papá. Quería un papá que me mostrara amor. En cambio, ni una sola vez escuché a mi papá decir: “Michael, te amo”»[8].

Más que fortuna o fama, más que aceptación de sus compañeros o cualquier otra cosa que tus hijos pudieran soñar, quieren saber que estás allí para ellos con «amor infalible». No, tú no desechas las reglas ni reduces los límites de protección y provisión. Ellos necesitan los límites para sentirse seguros. Aun así, necesitan esas reglas y límites dentro del contexto de tu relación de amor. El poder de tu amor hacia tus hijos será el factor motivador para que tomen buenas decisiones morales.

Cuando termines de leer estas palabras, ve a donde está tu niño o adolescente y sorpréndelo con un abrazo. Al rodearlo con tus brazos, deja que escuche estas palabras: «Te amo». Y luego comprométete a que vean tu amor ejemplificado delante de ellos cada día. Al hacerlo, convencerás a sus emociones de que estás allí para ellos con un «amor infalible». Tu relación de amor puede darles el poder de creer lo que está bien, adoptar los valores adecuados y vivir como es debido.

Es obvio que esto es más fácil decirlo que hacerlo. Como padres y líderes cristianos podemos saber que es de vital importancia construir una relación valiosa con cada uno de nuestros hijos. Sin embargo, saber *cómo* hacerlo es otra historia y muchos más libros. En vez de solo declarar la necesidad, nos gustaría proveerte de

al menos los conceptos básicos para forjar la relación. Gran parte de lo que presentamos en el siguiente capítulo se extrajo de nuestro libro *How to Be a Hero to Your Kids*. Desde que escribimos ese libro, nuestros hijos han crecido y han empezado sus propias familias. Por lo tanto, les pedimos a ellos que nos dijeran cómo les ayudaron los ladrillos de construcción relacional que pusimos en sus vidas. Sigue leyendo.

---

* Te animamos a que obtengas *El padre que yo quiero ser*.

Capítulo 5

Las siete claves: Los ladrillos de construcción de las relaciones

«Muy bien, garantíceme que si logro entablar una relación adecuada con mis hijos, ellos harán bien las cosas, tomarán las decisiones apropiadas y vivirán una vida de la que me sentiré orgulloso».

Desearíamos poder hacerlo. Nos gustaría poder decirte que siguiendo el mejor consejo sobre cómo conectarte de manera relacional con tus hijos, los protegerás para siempre del dolor de tomar malas decisiones y les proveerás la verdadera felicidad. Sin embargo, no podemos.

Después de todos tus mejores esfuerzos, es probable que tus hijos aún te rechacen a ti y a tus valores. No obstante, podemos decir esto: Al hacer cada esfuerzo para construir una relación saludable con tus hijos y al proporcionarles información sabia acerca del sexo, tus posibilidades son mucho más altas. Al seguir los pasos adecuados, les estarás ofreciendo a tus hijos los recursos para poder pasar de forma satisfactoria a través de las minas antipersonales sexuales que el enemigo les ha puesto delante.

Lo que sigue es un breve resumen de lo que llamamos las «siete claves»: Los ladrillos de construcción de las relaciones». Si las aplicas, tus hijos serán más receptivos a lo que les digas, pues sabrán y sentirán que en verdad te importa*.

1. Acércate al mundo de tu hijo

—No dio resultados, Josh —se lamentó conmigo un papá—. Dediqué un buen tiempo para estar con mi hijo y fue un total fracaso.

—¿Qué hicieron juntos? —le pregunté.

—Bueno, a mí me encanta el golf —dijo—. Así que me lo llevé a jugar golf y fue un desastre.

—¿Le gusta el golf a tu hijo? —le pregunté.

—No, pero a mí sí —me respondió.

Este papá trajo a su hijo a su propio mundo de golf, un mundo que a su hijo no le gustaba, con un resultado desastroso. ¿Por qué? Porque el hijo sabía que todo lo que a su padre le importaba era «Lo que papá quiere hacer». Por otro lado, *cuando nos acercamos al mundo de los jóvenes, les decimos: «Me importas tú y todo lo que te interesa a ti»*.

> *Soy Kelly, la hija mayor de los McDowell. Ahora que estoy casada y con una carrera propia recuerdo cómo mis padres entraron en mi mundo. Me acuerdo de una vez que tres de nosotros sus hijos estábamos jugando fútbol, todos en diferentes equipos. Había veces en que teníamos seis juegos en una semana. Sin embargo, mi mamá nos llevaba a todos los juegos. No me puedo imaginar cómo eso fuera divertido para una madre. Pues cada vez que salíamos para un juego*

mamá siempre decía: «¡Qué bueno! Hoy tenemos fútbol. Será muy divertido aplaudirlos». Eso nos confirmaba que a ella le importábamos nosotros y nuestros intereses.

También recuerdo que cuando estaba practicando esquí en la nieve, mi papá nos llevó a mi hermana y a mí a un lugar de recreo para estrenar nuestros esquíes. Nos imaginamos que papá solo nos iba a observar, ya que no sabía esquiar. En cambio, ¡durante una de nuestras subidas en el elevador de esquíes vi a mi papá en el cable de remolque! Me quedé con la boca abierta. Papá nunca había esquiado en su vida, pero quería sorprendernos en la cima al esquiar hacia abajo junto con nosotras. Eso se me ha quedado grabado para siempre. Por fortuna, no se fracturó una pierna, pero eso nos animó mucho a mi hermana y a mí. Papá se acercó a nuestro mundo y eso nos mostró que le importábamos.

La campaña nacional de prevención de embarazos no planeados entre adolescentes les hizo esta petición a los padres: «Apoyen a sus hijos e interésense en lo que les interesa a ellos. Asistan a sus eventos deportivos; aprendan cuáles son sus pasatiempos; entusiásmense con sus logros, aun los más pequeños; háganles preguntas que muestren el interés que tienen en ellos y de que quieren saber lo que está pasando en sus vidas»[1]. Y cuando lo hagas, los motivarás a que te escuchen, a que aprendan de ti y a que sigan tu ejemplo.

2. Acepta a tu hijo

Era como si todo fuera un sueño. Me senté (Dottie) allí en silencio, el humo se elevaba del capó del automóvil y el metal aplastado a mi alrededor. ¿Estaba herida? ¿Había alguien más herido? Solo tenía dieciséis años y había destruido por completo el automóvil de mi papá.

Como es natural, no tenía ganas de decirle a mi papá lo que acababa de hacerle a su auto. ¿Qué me diría? «Dorothy, ¿qué has hecho?» o «¿No estabas viendo el camino?» o «¿Qué tan rápido ibas?» o «Jovencita, ¿sabes tú lo que esto me va a costar?» Sin embargo, papá no dijo nada de eso. Sus primeras palabras fueron: «Ay, Dorothy, ¡qué bueno que no te hiciste daño!». Una y otra vez, mi papá me dijo que estaba feliz al saber que yo estaba bien. Nunca me regañó, ni se lamentó por la pérdida del automóvil. Nunca lo olvidé, mi papá me aceptó aun siendo esa conductora inmadura de solo dieciséis años.

Cuando aceptamos a nuestros jovencitos por quienes son, les damos un sentido de seguridad. La aceptación quiere decir aceptar a las personas por lo que son, en vez de por lo que hacen. Cuando tus hijos se sienten aceptados, sin condiciones, serán más francos y transparentes y te tendrán más confianza. Al crecer, me sentí aceptada solo por ser yo. Creó un sentimiento de seguridad dentro de mí, pues sabía que sin importar lo que pasara, me amarían.

El apóstol Pablo nos dice: «Acéptense unos a otros, tal como Cristo los aceptó a ustedes» (Romanos 15:7). ¿Cómo te acepta Cristo? De manera incondicional, justo allí donde estás, con todos tus defectos. Claro, Dios desea que te apartes del mal y que tomes buenas decisiones. Con todo y eso, tus fallas no afectan su amor y

aceptación por ti, porque tú eres su hijo. ¿No te da eso un inmenso sentido de seguridad? ¿Y saber que tu Padre celestial no te juzga no hace que te sea más fácil hablar con Él? Tus hijos sentirán lo mismo hacia ti cuando les demuestres cada vez más que los aceptas por quienes son sin condiciones.

3. Mantente disponible para tu hijo

¿Estás ocupado? ¿A veces no te sientes apurado? ¿Será que no hay suficientes horas al día para hacer lo que se necesita? Parece que todos vivimos una vida muy ajetreada en estos días.

No te puedo (Josh) decir cuántas veces he permitido que mi agitado horario atrase el tiempo con mis hijos. «Ahora no, Sean, tengo que preparar una conferencia. Hablaremos después». «Katie, tengo una cita en el centro . . . tendremos que hablar cuando termine». «Heather, tal vez después, tengo que empacar para irme al aeropuerto». «Kelly, estoy muy cansado ahora, ¿qué tal después de la comida?» Cada vez que he dicho algo así, les estaba comunicando a mis hijos que no eran tan importantes como lo que estaba en mi agenda. Se me rompe el corazón con solo recordarlo.

La manera en que nuestros hijos deletrean amor es «T-I-E-M-P-O». *Y cuando estamos disponibles para nuestros hijos, les damos un sentido de importancia*. Cuando los ponemos después de nuestras actividades, en realidad les decimos: «Te amo, pero otras cosas van antes que tú».

La vida, con todas sus demandas, no nos permite dejar todo cada vez que nuestros hijos requieren nuestra atención. Sin embargo, necesitamos decirles que son muy importantes para nosotros, y dedicarles tiempo es la mejor manera de que lo sepan.

> *Soy Katie, la tercera en línea de los hijos de los McDowell. Mi papá viajaba mucho y casi nunca estaba disponible en persona. Aun así, recuerdo muchas llamadas de teléfono con él. Recuerdo irme de viaje con él durante las vacaciones de la escuela o durante el verano. Cuando estaba en casa, parece que siempre iba por mí a la escuela. Una vez me fue a recoger en un carruaje tirado por un caballo y me llevó a comer un helado de banana. Aun cuando el horario de un padre es agitado y muy lleno, hay maneras de mostrarles a los hijos que son importantes. Ahora, yo estoy muy motivada para dedicarle tiempo a mi propia familia.*

4. Afirma a tu hijo

> *Soy Heather, la menor de los hijos de los McDowell. Durante la escuela secundaria, tendía a ser muy emocional. Mis sentimientos variaban entre estar muy feliz, luego triste y otra vez feliz en menos de diez minutos. Todavía soy un poco dramática como adulta. Con todo y eso, mi mamá siempre hacía una cosa y era valorar mis sentimientos. Casi nunca los podía expresar de manera adecuada, y a veces estaba equivocada por completo, pero mi mamá no me criticaba. Solo me encontraba en el punto de mi dolor o de mi frustración y me afirmaba. Como resultado, me sentía comprendida.*

Nosotros los padres casi nunca comprendemos los sentimientos de nuestros

hijos, pero podemos validar que lo que están sintiendo es real. A menudo las emociones de una persona joven son una expresión de su experiencia personal y de su mundo interior. Los sentimientos representan *su realidad*, y cuando tratamos de comprender esa realidad, construimos un puente de comunicación. *Cuando afirmamos los sentimientos de nuestros jóvenes, les damos un sentido de autenticidad*. La afirmación de sus sentimientos les dice que son individuos apreciados con sentimientos válidos. Cuando nos identificamos con sus alegrías o desilusiones, les damos a entender que nos preocupan y que los comprendemos por quienes son en verdad. La afirmación de los sentimientos de tus hijos es una de las maneras más eficaces de identificarte con ellos, dándoles un profundo sentido de reconocimiento y aceptación.

5. Aprecia a tu hijo

Ser el primer hijo de la familia y recibir toda la atención de sus abuelos es fantástico en realidad. Al menos es lo que pensaba nuestro pequeño Scottie James, nuestro nieto, hasta que llegó su hermanita Shauna.

Vivir cerca de nuestro hijo, Sean, me ha permitido (Dottie) visitar a menudo a Scottie. Cuando nació su hermanita, estaba doblemente feliz de vivir cerca. Shauna era una recién nacida muy delicada y el pequeño Scottie de tres años era un poco brusco con sus abrazos de afecto. En vez de regañarlo cuando le daba sus «ataques de abrazos», yo intervenía y le ayudaba a calmarse un poco. Le guiaba para que le acariciara con suavidad la cabecita o la manita de Shauna. Cuando lo hacía, yo lo adulaba con efusión: «¡Bravo, Scottie!», le decía. «¡Abuelita esta muuuuy orgullosa de ti porque eres muy tierno con tu hermanita!». De inmediato, los ojitos de Scottie brillaban y sonreía y asentía con su cabecita como diciendo: «Gracias, abuelita, yo necesitaba eso».

Mientras que la aceptación es la base de una relación segura, el aprecio se considera una piedra angular. *Cuando expresamos aprecio por nuestros hijos, les damos un sentido de significado*, el sentimiento o el pensamiento de que hicieron o dijeron algo que vale la pena. La aceptación de tus jóvenes les dice que su *ser* es importante; la expresión de aprecio les dice que lo que *hacen* es también importante. Pesca a tus hijos haciendo algo bien hecho y muéstrales aprecio. Mientras más encontrábamos a nuestras tres hijas y a nuestro hijo haciendo las cosas bien y les expresábamos aprecio, menos oportunidad había de encontrarlos haciendo algo malo.

6. Muéstrale afecto a tu hijo

Lo que es una manera de empezar . . . envuelto en el suave manto humano de una madre por nueve meses completos. Nunca hubo un momento en el que no te sintieras conectado y cerca al crecer en el vientre de tu madre. Luego, al nacer, es

probable que sintieras el afectuoso abrazo de tu mamá. Desde ese momento, tú y tus hijos han tenido la necesidad de amar y de ser amados.

La expresión de afecto para nuestros hijos a través de palabras amorosas y el toque apropiado les comunica que son dignos de ser amados. *Cuando les mostramos afecto a los jóvenes, les damos la sensación de que son dignos de ser amados*. Cada expresión de cuidado y cercanía les proporciona un refuerzo emocional y los ayuda a darse cuenta de que son amados. El afecto puede expresarse a través de palabras y mediante el contacto físico apropiado.

Podemos decirles a nuestros hijos «Te amo» en una variedad de maneras diferentes, un abrazo, un besito en la mejilla, un brazo alrededor de su hombro, etc. Las palabras de afecto o el toque, nos conecta de alguna manera el uno con el otro y nos hace sentir que estamos cerca. Quizá nada nos permita ser tan sinceros con otra persona como el afecto adecuado. No es de extrañarse que la Biblia nos instruya a que nos saludemos «unos a otros con un beso santo» (Romanos 16:16, nvi).

7. Pídele a tu hijo que rinda cuentas

> *Soy Sean, el único hijo varón en la familia McDowell. También aprecio la manera en que mi madre y mi padre construyeron relaciones duraderas con nosotros a través de la aceptación, la afirmación, la disponibilidad, el aprecio y el afecto. Sin embargo, también estoy contento de que nos hicieran rendir cuentas.*
>
> *Recuerdo cuando estaba en la escuela primaria y me metí en problemas. Había un par de muchachos en el equipo de fútbol a quienes no les caía bien. No sé por qué, pero siempre me pasaban por alto y yo me sentía fuera. Un día durante las clases, la maestra, la Sra. Carlson, estaba regañando «a mis dos no tan amigos».*
>
> *Cuando se dio vuelta hacia el pizarrón, tuve la idea de congraciarme con mis dos compañeros. Pensé que eso haría que me hicieran caso y yo les cayera bien. Así que, a espaldas de la Sra. Carlson, hice un gesto obsceno con los dedos. Claro que los demás me notaron.*
>
> *Al salir de la clase, todos los chicos, incluyendo a mis dos compañeros, me rodearon y me trataron como una celebridad. El problema fue que mis padres se enteraron y perdí de inmediato mi estatus de celebridad.*
>
> *Mis padres no me castigaron prohibiéndome salir a la calle, ni me dejaron sin comer un par de veces, ni me enviaron a mi cuarto. Me sentaron y con calma trataron de entender qué fue lo que hice y por qué lo hice. Los dos hicieron que me diera cuenta de cómo mis acciones fueron una falta de respeto hacia mi maestra. El reconocimiento de mi falta no fue gran cosa. En cambio, sí lo fue lo que dijeron que tenía que hacer. Me dijeron que debía ir a pedirle perdón a la Sra. Carlson delante de toda la clase y también pedirle perdón a la clase. Mi papá me dijo que él iría conmigo si yo lo quería. Le dije que lo podía hacer solo. Fue una experiencia humillante. Sin embargo, aprendí que tenía que asumir la responsabilidad por mis acciones.*
>
> *Después hubo un premio. Mis compañeros de fútbol pensaron que pedir perdón ante todos era el acto más valeroso que hubieran visto jamás. Después de eso se convirtieron en mis mejores amigos.*

Para conectarnos de manera relacional con nuestros hijos necesitamos mostrarles afirmación, aceptación, afecto, disponibilidad y un sincero entusiasmo para acercarnos a su mundo. Aun así, si no equilibramos estos ladrillos de construcción con límites amorosos y fronteras, no aprenderán a ser responsables. *Cuando les*

proveemos la oportunidad de rendir cuentas de sus actos en amor, les damos un sentido de responsabilidad.

La rendición de cuentas provee los parámetros dentro de los cuales una persona joven puede operar sin peligro y con confianza. Los hijos necesitan la amorosa autoridad de los padres y de otros adultos que se preocupan, a fin de que aprendan a tomar decisiones adecuadas y responsables.

Las relaciones son determinantes

Ninguno de nosotros aprendió a tomar buenas decisiones morales en un espacio vacío. La intención de Dios es que los hijos aprendan a distinguir lo bueno y lo malo en el contexto de relaciones amorosas. Con solo que les adviertas a tus hijos que eviten las relaciones sexuales fuera del matrimonio no es suficiente. Mientras mejor sea tu relación con ellos, mejor se aceptarán tus advertencias y tus enseñanzas. El resto de este libro incluye varios consejos e ideas para tener conversaciones acerca del tema vital del sexo. Te animamos a que se los expreses a tus hijos dentro del contexto de una relación de amor demostrada por las siete claves.

---

* Para una explicación completa de cada una de las «claves», lee el libro *How to be a Hero to Your Kids*.

Segunda parte

Ideas y consejos prácticos para tus conversaciones

Capítulo 6

¿Quién o qué influye más en el comportamiento de tus hijos?

Gracias a la revolución de los medios sociales, algunos de los más pervertidos y distorsionados puntos de vista sobre el sexo están alcanzando a tus hijos. Solo se encuentran a un clic de distancia, tal como lo declaramos en el primer capítulo. A tus hijos se les dice que todo el mundo lo hace. La mayor parte de los programas de televisión y las películas describen la inmoralidad como algo divertido y sin consecuencias negativas. Con la accesibilidad que tus hijos tienen a los medios sociales y tradicionales, es natural pensar que estos son la influencia número uno en el futuro comportamiento de tu hijo.

También pudieran ser los amigos de tus hijos los que tengan la mayor influencia sobre su comportamiento. La presión de los compañeros es una fuerza poderosa. Quizá sean héroes como Taylor Swift, o tal vez Zac Efron, o estrellas de cine, músicos, celebridades o atletas los que ejerzan la mayor influencia.

Es posible que esto te sorprenda, pero un estudio nacional hecho por Internet mostró que el cuarenta y cinco por ciento de los jóvenes considera que sus padres son modelos a seguir. Rompiendo los estereotipos que los padres y la sociedad tienen acerca de los adolescentes, la encuesta también reveló que solo el treinta y dos por ciento miraba como ejemplo a sus amigos y solo el quince por ciento a las celebridades[1]. En realidad, hasta que un joven cumple veinticinco años, los estudios muestran que la mayor influencia en su comportamiento es la amorosa y cercana relación con su padre[2]. Esto no deja de enfatizar la importancia de la madre, solo ilustra el poderoso impacto del padre.

La Dra. Jean-Ives Frappier, una investigadora en el centro de investigación del hospital CHU Sainte-Justine en la Universidad de Montreal, dice: «Los papás parecen subestimar su papel y el impacto que ejercen sobre sus hijos»[3].

No obstante, aquí está la triste realidad, los estudios muestran que «menos del quince por ciento de los padres habla sobre la sexualidad con sus hijos»[4]. Sin embargo, los adolescentes dicen «que todavía confían en sus padres para recibir información completa y confiable sobre el sexo»[5]. A pesar de que los hijos confían en sus padres más que en cualquier otra persona, incluyendo a sus maestros, pastores o compañeros, la investigación todavía muestra que «la mayoría de los padres ha renunciado a su responsabilidad. En vez de eso, los compañeros y los medios de comunicación han sido la principal fuente de información sexual para los niños de Estados Unidos desde 1940»[6].

No obstante, los investigadores de la Universidad de la Florida declaran que:

«Las buenas noticias son que la mayoría de los adolescentes ESTÁ escuchando lo que les dicen sus padres, ¡a pesar de lo que pensamos!»[7].

Una verdad es obvia: *Los adolescentes escuchan a sus padres*. A veces no lo parece, pero tus hijos están observando y escuchando. La investigación muestra que «la razón número uno por la que los adolescentes se abstienen de tener relaciones sexuales es porque sus padres no las aprueban»[8]. Al saber esto acerca de tus hijos, es evidente que tú debes ser la primera y principal fuente de información acerca de la sexualidad para tus hijos.

El conocido pastor Mark Driscoll y su esposa, Grace, hicieron una declaración profunda: «La educación sexual de un niño viene a menudo de las escuelas o de las iglesias. Sin embargo, los padres cristianos deben ser las primeras personas que hablen con sus hijos acerca de asuntos relacionados con el sexo»[9]. El hogar es donde nuestros hijos deben estar aprendiendo respecto al sexo. La Biblia funciona desde esa premisa: «Oye, hijo mío, la instrucción de tu padre, y no abandones la enseñanza de tu madre» (Proverbios 1:8, LBLA). Está claro que *Dios quiere que los padres cristianos sean los principales educadores de sus hijos respecto a las relaciones sexuales*.

Tú como padre tienes una maravillosa oportunidad dada por Dios de instruir a tus hijos. Y tus hijos lo necesitan con urgencia. Las actitudes, las opiniones, los valores y las instrucciones acerca del sexo son el mejor regalo que les puedes dar a tus hijos.

Los jóvenes no deben crecer en programas . . . deben crecer en familias. Antes que un niño escuche acerca del sexo en un «programa», deberá escucharlo de su mamá y de su papá. Y recuerda, ya sea que le hables a tus hijos del sexo o no, otros *sí* lo están haciendo . . . ahora mismo.

Capítulo 7

¿De quién quieren aprender tus hijos acerca del sexo?

Se podría pensar que el tema del sexo es sensible y hasta embarazoso para los hijos . . . así que sería natural que el aprendizaje lo recibieran de otras personas y no de sus padres. Sin embargo, no es así.

La Fundación Kaiser informó que

> *las investigaciones médicas y los datos de salud pública nos dicen que cuando los niños quieren información, asesoramiento y orientación, recurren primero a sus padres. Una vez que llegan a la adolescencia, tienden a depender más de los amigos, de los medios de comunicación y de otras fuentes externas para recibir información*[1].

La investigación de la campaña nacional para prevenir los embarazos en las adolescentes llegó a la conclusión de que «a los adolescentes les gustaría tener más instrucción, información y conversación con sus padres y otros adultos acerca de sus relaciones tempranas»[2].

Las noticias alentadoras son que si tú, como padre, construyes una relación amorosa y cercana con tus hijos temprano en sus vidas, de seguro que tus hijos dependerán en su adolescencia más de ti que de sus amigos, de los medios y de la Internet para obtener información sobre el sexo. El instituto *Talk* observa que «la mayoría de los jóvenes prefiere que sus padres sean las primeras fuentes de información sexual y que sus madres y padres compartan por igual esta responsabilidad»[3].

Un estudio demográfico realizado en Estados Unidos muestra que «el sesenta y siete por ciento de los adolescentes le da una "A" a su mamá. Les dicen a los entrevistadores de la campaña nacional para prevenir los embarazos de adolescentes que desean más consejo de parte de sus padres»[4]. Hace poco, la *ABC News* informó que «los jóvenes adolescentes colocan a sus padres en el primer lugar de la lista de influencias cuando se trata de sus actitudes y de su comportamiento sexual»[5]. Tus hijos te prefieren a ti como su fuente para aprender del sexo. Dios te ha dado el privilegio y la oportunidad de moldear la cosmovisión sexual de tus hijos.

Capítulo 8

¿Por qué necesito hablarles a mis hijos acerca del sexo?

Tarde o temprano tu hijo aprenderá todos los detalles sobre su sexualidad. El asunto no es si tu hijo lo va a aprender o no, sino en el contexto en que lo va a aprender. Tú tienes la oportunidad de proveerle a tu hijo una comprensión sana y adecuada del sexo o es posible que le expongan a una perspectiva pervertida del mismo.

El centro para padres eficientes concluyó que

> *los padres que evitan hablar del tema del sexo con sus hijos están haciéndoles un daño. Tales niños pueden tomar la idea de que el sexo es malo, lo cual puede afectarlos durante toda su vida. Esos niños pueden buscar información en otra parte, y esa información puede ser incompleta o equivocada*[1].

Los autores Robert Crooks y Karla Baur señalan que cuando los padres están empeñados de manera activa en la educación sexual de sus hijos, «reducen algunos de los tropiezos que sus hijos y adolescentes tienen cuando buscan a sus compañeros para obtener (mala) información acerca del sexo»[2]. La verdad es que los hijos que sienten que sus padres hablan con franqueza de las relaciones sexuales y escuchan con atención, tienen menos posibilidades de participar en comportamientos de alto riesgo. Así que, en realidad, todo se reduce a que sus hijos obtengan la *información* adecuada acerca del sexo de parte de ti o una *mala información* de parte de otros.

No obstante, si le estás hablando a tus hijos sobre el sexo, le sigues enseñando mucho acerca de esto. Si usas palabras o no, tu lenguaje corporal, tu actitud, tus relaciones, la manera en la que tratas a otros, tus comentarios respecto a los hijos de tus amigos, lo que ves en la televisión y a lo que haces clic en tu computadora . . . todas estas cosas les están enseñando a tus hijos acerca del sexo.

La especialista Maggi Ruth Boyer dio en el clavo cuando dijo:

> *Tú les comunicas a tus hijas y a tus hijos todo el tiempo acerca de las relaciones y la sexualidad, solo por la manera en que vives tu vida, por la forma en la que tratas, aprecias y tocas a otros. Por lo tanto, la comunicación se lleva a cabo, incluso si es o no una conversación verbal. No subestimes el poder de tu expresión facial y de tus expresiones de afecto*[3].

Aun si no hablas con regularidad con tus hijos acerca del sexo, de todas maneras «escucharán» porque tu lenguaje corporal y tu comportamiento hablarán más alto que tus palabras en sí.

Hace poco, tuve (Josh) una conversación con Paul Roberts, quien ha trabajado en

la organización Juventud para Cristo, en Toronto, durante cuarenta años. Me dijo que la mayoría de los jóvenes saben mucho más sobre el sexo de lo que sus padres se dan cuenta. El hablar del sexo es parte de su mundo y es más común «allá afuera» que en la generación anterior. Paul relató que los muchachos a veces se sienten más cómodos tratando este tema que los mismos padres cuando quieren hablar con ellos.

Así que a menudo los padres dicen: «Me es difícil hablar con mi hijo acerca del sexo». Mi respuesta inmediata es: «¿Usted piensa que es difícil? Créame, eso es nada comparado con: "Mamá, estoy embarazada" o "Tengo sida". Ahora bien, ¡*esa* sí que es una conversación difícil!». Si no tienes esas conversaciones difíciles en apariencia con tus hijos mientras son pequeños, es probable que tengas que enfrentarte a conversaciones mucho más duras después.

Capítulo 9

¿Será que el hablar acerca de esto los inclina a hacerlo?

Puede que sea natural temer que si hablas con tus hijos acerca de la sexualidad, salgan y experimenten con el sexo. Sin embargo, las investigaciones y nuestras propias experiencias prueban lo contrario.

Estudios recientes muestran que «los adolescentes que están bien informados y que se sienten cómodos hablando de la sexualidad con sus padres, son más propensos a posponer las relaciones sexuales»[1]. *The Journal of Adolescence* refuerza esta misma conclusión: «Los jóvenes cuyos padres les hablaron acerca de lo bueno y lo malo en cuanto al comportamiento sexual, fueron más abstemios que sus compañeros que no tuvieron esa orientación»[2].

Muchos padres piensan que al hablar con sus hijos sobre el sexo, esto los inclina a hacerlo. Sin embargo, «guardar información hasta que creas que tu hijo está preparado puede aumentar la posibilidad de que los hijos exploren más por sí mismos, vayan hacia otros con menos conocimientos o diferentes valores que los tuyos, o que acepten información inexacta como un hecho»[3].

La investigación hecha por la campaña por nuestros hijos reveló que «cuando los padres les enseñan a sus hijos los hechos sobre el sexo, sus hijos son:

- menos propensos a tener relaciones sexuales en la adolescencia;
- menos predispuestos a que queden embarazadas o dejar a alguien embarazada;
- más inclinados a hablar con sus padres acerca de asuntos importantes en su vida»[4].

Comprométete desde muy temprano en ser siempre sincero, amoroso y franco con tu hijo acerca del maravilloso regalo de Dios de la sexualidad. No alentarás la promiscuidad sexual, sino que los ayudarás a desmotivarla.

Capítulo 10

¿Cuál es la edad «apropiada» para hablar acerca del sexo?

¿Cuándo deberías comenzar a hablar con tu hijo acerca del sexo? Quizá temas que si lo haces cuando son muy pequeños, será «demasiado y demasiado pronto». Por otro lado, tal vez temas que si no lidias con esto, más tarde podría ser «demasiado poco y demasiado tarde». Por lo tanto, ¿cuál es la edad apropiada para hablarles a tus hijos sobre el sexo?

La doctora en medicina profesional de los adolescentes, Margaret Stager, lo explica así:

> *Por causa de la sociedad en que vivimos, las consecuencias de evitar estas conversaciones pesan mucho más que las consecuencias de darles demasiada información muy pronto, lo cual es una circunstancia rara. Un peligro mayor es que tus hijos no sepan cuál es tu posición, tus expectativas y tus valores [. . .] Los padres no pueden controlar el flujo de información entre los niños en la escuela ni en el patio de recreo. Los niños hablan de sexualidad. Aun así, no puedes depender de las conversaciones del patio de la escuela, ni siquiera en clases proporcionadas por la escuela, para educar a tu hijo sobre el sexo*[1].

Con esto dicho, el problema casi nunca es «demasiado y demasiado pronto», sino «demasiado poco y demasiado tarde». Un estudio de padres-hijos reveló que «más del cuarenta por ciento de los adolescentes han tenido relaciones sexuales *antes* de hablar con sus padres sobre las relaciones sexuales seguras»[2].

En la cultura de hoy nuestros hijos están descubriendo el sexo y el comportamiento sexual cada vez más pronto, y a ti te gustaría ser el primero en presentarles el significado de la sexualidad en el contexto apropiado. No tienes que apurar a tu hijo para que reciba la educación sexual, pero en realidad no hay manera de saber cuánto es lo que tu hijo sabe o no sabe sin hablar con ellos primero.

La Dra. Laura Rocker, psiquiatra de niños y adolescentes para el hospital de niños en Akron, sugiere que la educación sexual debe comenzar «desde el nacimiento. Los niños deben saber las palabras apropiadas para describir sus genitales, así como las otras partes del cuerpo. Si te muestras tranquilo y natural al hablar al respecto, esto prepara el ambiente para conversaciones futuras cuando se vuelva a presentar el tema»[3]. No necesitas abundar en más detalles que los que te pidan para responder una pregunta. Sabrás cuándo el niño necesite más información, porque es probable que lo pregunte después.

La ignorancia es peligrosa y puede ser muy destructiva. Sin embargo, el buen conocimiento, combinado con una relación de amor con los propios padres, es el factor principal para guiar a tu hijo a que comprenda que el sexo es un diseño de Dios.

Una regla muy sencilla es que si hablas con tus hijos cuando son pequeños, tanto tú como ellos se sentirán más cómodos para hablar cuando sean mayores. Lo opuesto también es verdad. La educadora y oradora Sue Simonson lo explica así: «Si no estamos contestando sus preguntas cuando tienen dos y tres años, no las van a hacer cuando tengan doce y trece, ni las vamos a poder responder»[4]. Si esperas a hablar con tus hijos de sexo hasta que estén en su adolescencia, claro que se van a sentir muy incómodos.

Joyce Kilmer, una madre educadora en Washington, nos expresa que «su primera sugerencia es hablar con los hijos temprano, cuando sean demasiado pequeños para que les dé vergüenza [. . .] Además, es menos embarazoso para ti y ellos serán muy prácticos a los 4, 5 y 6 años de edad. Después que han estado en el patio de recreo de la escuela por unos cuantos años y han escuchado muchos cuentos y burlas, es demasiado tarde»[5].

Cuando eres sincero y tratas el tema del sexo en los momentos adecuados de madurez de tus hijos, ¡*tú* te conviertes en el experto! A medida que crecen, confiarán en ti y te escucharán. Tú nunca serás el único «educador sexual», pero puedes (y debes) ser el primero y el más importante educador sexual en sus vidas.

Nuestra hija Katie, madre de preescolares, reconoce por su propia experiencia que «mientras más temprano empieces a hablar con tus hijos sin rodeos y con sencillez, será más fácil después cuando tus hijos tengan preguntas importantes».

Heather (nuestra bebé, que ahora tiene veintiséis años de edad) nos dijo: «Mi primer recuerdo de que mis padres me hablaran acerca del sexo es un poco difícil de distinguir, porque al contrario de la mayoría de los papás que se sientan y te dan toda una charla sobre el sexo, en nuestra casa era como un tema de conversación en la mesa desde que yo era muy pequeña».

Lo adecuado según la madurez, en vez de lo adecuado según la edad

Los hermanos menores necesitan que se les hable del sexo de forma más directa y más temprano que a los hermanos mayores. ¿Por qué? Los hermanos menores están expuestos antes a temas de sexo y otros asuntos, porque reciben exposición al tema más pronto. Tus hijos menores crecen mucho más rápido por el hecho de que están escuchando a los hermanos mayores, a sus amigos y a ti hablando como padre acerca de los temas con sus hermanos mayores. Así que el tiempo adecuado para hablar de las cosas está basado más en su nivel de exposición a la información, que a una edad específica.

Como mamá o papá ustedes necesitan seguir sus buenos instintos. Conocen a su hijo más que ninguna otra persona. Me di cuenta (Josh) que necesitaba escuchar con cuidado a Dottie por sabiduría para relacionarme con mis hijos. Nosotros conversamos en cuanto a la madurez de cada uno de nuestros hijos, de lo que necesitaban saber y cuándo lo necesitaban saber. Dottie me ayudaba a ser franco,

sincero y sensitivo. No hay una edad fija para decirles ciertas cosas a tus hijos. La clave está, sin embargo, en aprovechar las oportunidades diarias que se presenten.

Habla del sexo de manera que te sientas cómodo. Cada niño es diferente. Recuerda, los niños no necesitan todos los detalles de una sola vez. La información exacta debe develarse en un momento determinado. Cada conversación breve coloca la base para la siguiente. Con cada conversación, lo llevas un paso más adelante para una comprensión adecuada acerca de su sexualidad.

He aquí dos ideas para recordar:

1. Pocas personas recargan al niño con «demasiado y demasiado pronto», sino que el problema casi siempre es con «demasiado poco y demasiado tarde».
2. Tú necesitas ser más franco o dar respuestas más sinceras de lo que piensa la mayoría de los padres. Por ejemplo, un niño de tres años es literal. Puedes responder a «un bebé que crece en el vientre de mamá» con «¿Por qué mamá se comió al bebé?». El concepto del niño es que «hay un bebé mezclado con comida en el vientre de mamá». En este momento, el niño solo tiene que recibir una respuesta sencilla y verdadera.

El programa «Keeping Kids Healthy» da una excelente y realista sinopsis de cómo piensan los niños:

Niños de dos a cinco años:

- Sé consciente de que los niños de esta edad tienden a ser curiosos del cuerpo y puede que pregunten de dónde vienen los bebés.
- Recuerda que requieren respuestas cortas. No hay necesidad de dar mucha información, lo cual solo puede confundir a los niños muy pequeños.
- Usa los nombres debidos de las partes del cuerpo.
- Dale valor a las preguntas de tus hijos.
- Siempre pregunta si tienen algunas otras preguntas[6].

Niños de cinco a ocho años:

- Con niños de esta edad los padres pueden describir las cosas en forma muy breve: «Cuando dos personas se casan, se aman y están comprometidas entre sí, se sienten bien cuando se abrazan y se besan, y otra cosa que se siente bien es que el esposo ponga su pene en la vagina de la esposa. La respuesta quizá sea: «¡Uf!», y el niño se va, pero eso es suficiente por ahora. Déjalo ir.
- Es importante preguntarles si tienen más preguntas.

El Dr. Corey Allen, consejero de matrimonios y familias, dice: «Habla del sexo de manera que se ajuste a la edad y a la etapa de tu hijo. Un niño de cuatro años no necesita saber cada detalle del acto sexual, pero puede empezar a construir una base sólida para después [. . .] Por lo general, la información que no entienden desaparecerá y más adelante la entenderán en una conversación posterior. Repito, no tienes que entrar en cada detalle, pero prepárate para después»[7]. Además, relájate. Tu lenguaje corporal dice mucho. Por intuición, tu hijo sabrá si tienes confianza y estás a gusto. Si lo estás, seguirá viniendo a ti una y otra vez.

Recuerda, no importa la edad que tenga tu hijo, nunca es demasiado tarde para empezar a hablarle del hermoso regalo de la sexualidad que nos ha dado Dios. Al

empezar a hablarles cuando son pequeños, estarás construyendo una relación de confianza que surtirá efecto cuando sean mayores.

Capítulo 11

¿Debo empezar yo la «gran charla»?

Ella me dio unas palmaditas en la espalda.

—Sr. McDowell, muchas gracias por su conferencia. Nunca antes había escuchado algo parecido.

Acababa de terminar mi conferencia sobre «La verdad desnuda sobre el sexo» y esta madre quería decirme que iba a «aplicar» el mensaje. Siguió diciendo:

—Tengo que hacer que mi esposo le dé a nuestro hijo “la gran charla”.

—¿Qué edad tiene su hijo? —le pregunté tratando de no parecer alarmado.

—Trece —me respondió.

Tuve que controlar mi sorpresa y asombro.

—¿No han estado conversando con su hijo acerca de los asuntos sexuales? —le pregunté.

—Ah, no . . . no hemos tenido la oportunidad —contestó.

En primer lugar, la «gran charla» es una reliquia del pasado que nunca se debería haber practicado. El *Journal of Family Issues* informó que «solo la mitad de los adolescentes siente que ha tenido una «buena charla» acerca de la sexualidad durante el último año con sus madres, y solo un tercio con sus padres»[1].

Los asuntos sexuales no se aprenden en una «gran charla». En vez de eso, es un proceso que se va desarrollando con información que se va dando en pequeñas porciones a la vez. Trata los asuntos y las oportunidades según vayan surgiendo. La mayoría de los niños no puede retener más que conversaciones cortas. Se olvidan con facilidad de la «gran charla» y es lo que ha ocurrido.

La mejor educación sexual es de treinta segundos aquí, un minuto allá, diez segundos aquí, dos minutos y cuarenta y cinco segundos allá, empezando tan pronto como sea posible. Cuando surja algo, da un paso al frente, trata el asunto y luego retrocede. No hagas un gran evento de eso. En nuestra familia, alrededor de la mitad de todas las conversaciones que teníamos con nuestros hijos acerca del sexo no eran más de unos dos minutos cada vez.

Para la mayoría de los niños, el tema del sexo viene por etapas. Casi nunca se franquean por completo. Los niños se interesan como resultado de un diálogo continuo al crecer y madurar. Prepárate, sin embargo, porque cuando se franquean, puede que lo hagan muchas veces en los momentos y en los lugares más inoportunos.

«Por más que lo intento», dice nuestro hijo Sean, «no puedo recordar la primera vez que hablé con mis padres acerca del sexo. Creo que se debe a que en mi familia esto era parte natural de la vida. No es que habláramos de eso todo el tiempo, sino que cuando el tema surgía en la mesa de la comida, en el automóvil o antes de

dormir, hablábamos de eso con naturalidad. Era como cualquier otro tema, solo una parte normal de nuestra conversación. Así que no fue un momento especial cuando recibí la "gran charla"».

Deb Koster, de *FamiliFire.com*, resumió un método saludable:

> *En nuestra familia, siempre hemos tratado de tener estas conversaciones con nuestros hijos de maneras sencillas y relajadas desde que eran pequeños, así que nunca experimentamos la presión de la «GRAN CHARLA». De esa manera creamos un medio en el que se sentían cómodos para buscarnos con preguntas y podíamos ser su fuente de información*[2].

La Biblia es clara respecto a la manera más eficaz de enseñarles la verdad a nuestros hijos. «Incúlcaselas continuamente a tus hijos. Háblales de ellas cuando estés en tu casa y cuando vayas por el camino, cuando te acuestes y cuando te levantes» (Deuteronomio 6:7, nvi). Incluso, la Asociación Nacional de Padres y Maestros en Estados Unidos apoya este modelo de las Escrituras: «Debido a que la mayoría de los niños solo puede tomar poca información a la vez, no aprenderán todo lo que necesitan saber de un tema en particular con una sola conversación»[3].

La guía para el desarrollo saludable del adolescente, de la escuela de salud pública del Johns Hopkins en Bloomberg, ofrece estas sugerencias básicas:

1. Tenga conversaciones constantes con sus hijos.
2. Hábleles despacio a los niños pequeños y en porciones pequeñas.
3. No trate de abarcar todos los aspectos de una pregunta. Por ejemplo, con la pregunta «Mami, ¿cómo salen los bebés?», todo lo que necesitan son respuestas cortas, sencillas (pero sinceras), y exactas tales como «El bebé sale a través de un pasillo o canal en el cuerpo de mami llamado vagina».
4. Cuando los niños van creciendo, pueden manejar más detalles y franqueza.
5. Las preguntas en público a veces requieren respuestas públicas (suaves). Por ejemplo: «Estás en una cafetería llena de gente, disfrutando de una ensalada, cuando tu niña de ocho años pregunta de pronto en voz alta: "Mami, ¿qué es el sexo oral?", dejándote con querer saber qué está más roja tú o la remolacha»[4].

En una situación como esa, no debes decir: «Cállate y come tu ensalada». Primero, trata de no entrar en pánico ni de actuar demasiado sorprendido. Aun así, tampoco esquives la pregunta. En vez de eso, contesta con rapidez y con calma. Di: «Querida, deja que te conteste esa pregunta en cuanto terminemos de comer». Luego, asegúrate de responderla.

Una de las cosas que les digo (Dottie) a las madres jóvenes, incluyendo a mis propias hijas, es esta: Nunca considerarías hablar con tus hijos acerca de su fe en solo «una gran charla». Con amor y a propósito presentas elementos acerca de la Biblia y de Dios una y otra vez. Esto es parecido en cuanto al sexo. No debemos dar por sentado que «una gran charla» responderá todas las preguntas que tengan nuestros hijos acerca del tema. El sexo es un tema que debemos examinar temprano en la vida, a menudo y con gran paciencia, sabiduría, amor, bondad y a veces con un sentido del humor. Relájate y recuerda las palabras clave: *temprano*, *a menudo* y *con*

sinceridad.

Capítulo 12

¿Qué puede suceder si no hablo con mis hijos acerca del sexo?

Ni más ni menos, si no hablas con tus hijos acerca del sexo, otra persona lo hará. Tus hijos obtendrán una comprensión del sexo de una manera u otra. Si no les das la información adecuada, de seguro que obtendrán una información errónea. Y esa información errónea puede variar entre lo desafortunado y lo trágico.

El autor y pastor Jack Wellman cuenta su historia.

> *Nunca conocí a mi padre. Viví con mi tía por mucho tiempo y nadie me habló sobre el sexo, así que lo aprendí de mis amigos, del patio de recreo (o la calle).*
>
> *Parecía que lo que yo aprendía siempre estaba mal. Recuerdo que en primer grado me dijeron que si besaba a una niña, ella tendría un bebé. . . ni para qué mencionar que estuve aterrorizado por un largo tiempo de ni siquiera tocar una niña, mucho menos besarla. Cuando mi tía me besaba, me quedaba horrorizado, porque no lo comprendía.*
>
> *Por lo tanto, si no les hablas a tus hijos del sexo, sin vergüenza y sin aplazar el tema, lo aprenderán de una u otra manera. Por lo general, será equivocado. Nunca debe haber una pregunta a la que tus hijos le teman ni se avergüencen por hacértela. Ese tipo de zona de seguridad genera confianza y ofrece un ambiente donde pueden ir a ti por cualquier cosa. Y esa es la mejor de las situaciones; en especial cuando llegan al asunto de las relaciones sexuales*[1].

Tú tienes la oportunidad de colocar el tema del sexo dentro del contexto de una familia amorosa y evitar la confusión y la mala información que experimentó Jack. Sin embargo, al no hablarles a tus hijos acerca del sexo, eso significa que lo aprenderán de otras fuentes. Si esa fuente es la Internet, eso los conduce a cinco millones de sitios pornográficos que se ofrecen allí.

Como lo mencionamos en el primer capítulo de este libro, cuando un niño o un adolescente aprenden acerca del sexo en sitios pornográficos, aprenden el mal uso del sexo y un lado distorsionado de la moral. También los hace adictos a la pornografía.

Lo trágico es que algunos padres se encuentran en nega- ción y preguntan si la pornografía es en verdad perjudicial y tan accesible. Preguntan: «¿Qué mal les puede hacer?». Hace poco, un cristiano me mandó (a Josh) un mensaje por *tweeter* en respuesta a esas advertencias y dijo: «¿Qué importa lo que ven nuestros hijos [. . .] nuestro evangelio de Cristo es verdadero y poderoso [. . .] por qué temerle a la Internet?».

Muchos estudios confirman los efectos adversos que la pornografía tiene sobre una persona. En el año 2005, la Dra. Jill Manning, autora de *What's the Big Deal about Pornography?*, testificó delante de un subcomité del Senado de los Estados Unidos sobre los daños de la pornografía. Allí citó numerosos efectos verificados

en los niños y los adolescentes cuando se vieron expuestos de forma directa a la pornografía. Algunos de los efectos incluyen:

- respuestas emocionales negativas o traumáticas duraderas
- inicio más temprano en la primera actividad sexual
- incremento del riesgo de desarrollar compulsiones sexuales y comportamientos adictivos
- mayor riesgo de obtener un punto de vista indebido y fuera de contexto sobre la sexualidad
- la objetivación de otro ser humano para la satisfacción sexual egoísta[2].

Hay que admitir que todos estos efectos negativos quizá no se deban a una exposición casual o intermitente a la pornografía. Sin embargo, el verdadero peligro está en la enorme cantidad de material sexual pervertido que está disponible para tus hijos. La sola sobreexposición tiende a desensibilizar a la persona joven. En vez de ganar un punto de vista bíblico adecuado de la moral sexual, los jóvenes tienden a pensar que todo el mundo hace lo que desea hacer sexualmente. Esta es la clara impresión dada a través del ciberespacio.

No lograremos proteger a nuestros hijos de toda la mala información ni de los puntos de vista pervertidos acerca del sexo que quizá escuchen o vean al respecto. En cambio, si nosotros somos los primeros en presentarles a nuestros hijos el diseño de Dios para el sexo, esto será de gran ayuda para aislarlos del impacto negativo de la pornografía, la moral pervertida y la desinformación sobre el sexo.

Capítulo 13
¿Qué tal si mis hijos sienten mucha curiosidad por el sexo?

Los niños son curiosos por naturaleza . . . algunos más que otros. Hay algo fascinante, misterioso e intrigante en cuanto al sexo que hace que todos seamos curiosos. Así es que el asunto no es que nuestros hijos sean curiosos. El problema viene cuando no se satisface su curiosidad.

Es normal y natural por completo que nuestros hijos se cuestionen acerca del sexo y que quieran tener respuestas a sus preguntas. Hay un peligro real si no respondemos a su curiosidad. Recuerda, ellos obtendrán las respuestas de alguna otra parte o de alguien. El *National Physicians Center for Family Resources* dice que «la curiosidad acerca del sexo no se va a disipar si nunca se habla de él. En realidad, evitar el tema puede hacer que el sexo parezca aun más misterioso y emocionante»[1].

Estudios recientes han mostrado que «antes de los diez años, los niños casi nunca son sexualmente activos ni están preocupados con pensamientos sexuales, pero son curiosos y pueden empezar a conseguir información y aceptar mitos acerca del sexo por medio de amigos, compañeros de escuela y miembros de la familia»[2].

La manera en que la curiosidad de un niño se satisface entre los cuatro y los doce años de edad, muchas veces determina su sexualidad desde los doce a los dieciocho años. Las doctoras Clea McNeely y Jayne Blanchard de la escuela de salud pública del Johns Hopkins en Bloomberg, explican:

> *Con mucho, para un niño es mejor que su papá y su mamá le satisfagan su curiosidad. Su curiosidad a esta edad es crítica debido a que sus actitudes sexuales durante la adolescencia se forman a menudo por las respuestas que reciben a su curiosidad antes de los diez años de edad (de seis a diez años)*[3].

Qué privilegio y qué oportunidad la de moldear las vidas de nuestros hijos y su comportamiento futuro. Su mejor guía es darles respuestas sinceras. La regla general en la casa de los McDowell era dar una respuesta breve, sencilla y exacta . . . solo lo suficiente para satisfacer su curiosidad. Por ejemplo: «Las niñas tienen vulvas y vaginas, y los niños tienen penes y testículos». Ellos no necesitan respuestas largas y profundas, ni un curso de SEXO. A menudo, una respuesta larga solo les produce aburrimiento.

Cuando nuestros hijos eran pequeños, eran curiosos sobre sus partes privadas. Cuando los bañaba (Dottie), por rutina me refería a las partes del cuerpo con sus descripciones adecuadas. Me preocupé por hablarles de las partes privadas con calma y a propósito como lo hacía al hablarles de los dedos y los tobillos. Esta fue una decisión deliberada para comunicar a un nivel natural de comodidad al hablar

de nuestros cuerpos. Esta sinceridad en una edad temprana preparaba una conversación relajada más adelante.

Un preescolar se contenta con una información vaga tal como «los bebés crecen dentro de la mamá». Sin embargo, más adelante habrá preguntas y curiosidad de cómo el bebé entró dentro del vientre de mamá. Luego, pueden preguntar cosas como: «¿Mamá vomita al bebé?», o ¿Será que papá abre una cremallera en el vientre de mamá?», o «¿Se sale el bebé cuando mamá hace caca?». El niño está buscando explicaciones sencillas y francas.

La especialista en crianza de los hijos Margaret Renkl da una excelente respuesta: «“La mayoría de los bebés salen por la vagina de mamá”. Si tu hijo hace una pregunta adicional, puedes agregar: “La vagina es como un tubo dentro de mamá. Se estira bien ancho para que el bebé pueda salir”»[4].

Sin importar la edad que tengan, nuestros hijos merecen respuestas sinceras, pero esas respuestas necesitan darse según su nivel de madurez. Solo porque un adolescente o un preadolescente haga preguntas de cómo es que una niña puede quedar embarazada, para qué son los preservativos o qué es el sexo oral, no quiere decir que esté planeando ser activo sexualmente. Es mejor contestar sus preguntas sin pensar que la curiosidad es una señal de peligro. La señal de peligro es no satisfacer su curiosidad con respuestas sinceras.

Capítulo 14
¿Qué me dicen de usar «apodos» para las partes del cuerpo?

Su cara estaba roja y su voz reflejaba cualquier cosa menos calma. «Creo que es absolutamente repugnante que usted le haya dicho a su hijo "es tu pene". Yo le he dicho a mi hijo que es su "pajarito"».

La esposa de este pastor cristiano estaba molesta conmigo (Josh) durante el descanso en uno de mis seminarios sobre «La verdad desnuda sobre el sexo». Con calma, le expliqué que «a una oreja se le llama oreja, a la nariz se le llama nariz, a un ojo se le llama ojo, a la vagina se le llama vagina y al pene se le llama pene». Creo que no me corresponde cambiarle el nombre a las partes del cuerpo. Era obvio que esta dama estaba en desacuerdo.

Los niños a menudo exploran las partes de su cuerpo, y cuando llegan a cierta edad, muchas veces hacen preguntas. Al hablar con ellos o al responderles sus preguntas, sé sincero y contesta con los nombres anatómicamente adecuados de cada una de las partes de su cuerpo.

Siempre deseamos referirnos a los órganos sexuales de nuestros niños como sus «partes privadas» con un énfasis en «privadas». Es parte de darles el mensaje que son «partes privadas» y deben permanecer de esa manera.

Cuando hables con un niño, es mejor referirse a sus partes privadas a temprana edad con las palabras apropiadas: un pene es un pene, no su «pajarito» ni otro apodo. No es «eso que tienes abajo», ni tampoco «aquello que tienes ahí».

Cuando uses las palabras adecuadas como *pene*, *testículos*, *vulva* o *vagina*, no solo explícales lo que son, sino sus funciones. Tus hijos lo descubrirán tarde o temprano, y ahora es más temprano a causa de la Internet.

Estaba jugando (Josh) con una de mis hijas cuando ella tenía como tres años. Dottie entró al cuarto y nuestra hija exclamó: «¡Mami, papá tocó mi vagina!». Dottie trató de no parecer alarmada. Yo respiré hondo y respondí con una voz muy calmada, pero deliberada, y le pregunté: «Cariño, ¿dónde está tu vagina?». Sonrió y se tocó el ombligo. Entonces, procedí a explicarle con el lenguaje más sencillo que podía la diferencia entre su vagina y su ombligo.

Quizá hagan falta varias conversaciones y explicaciones para que los niños lleguen a entender las partes del cuerpo. Sin embargo, el uso de los nombres apropiados y las explicaciones de sus funciones, ayudará a tus hijos a no sentirse avergonzados cuando descubran los verdaderos nombres de las partes de su cuerpo.

Capítulo 15
¿Cuánto conocimiento debo tener?

La percepción acerca del problema que representa el fácil acceso a la Internet y a todas las formas de los medios en nuestros hogares y en nuestras escuelas es solo la mitad de la batalla. También debemos proveer conocimiento . . . conocimiento *exacto* a fin de que les enseñemos a nuestros hijos de manera responsable y constructiva el diseño y el propósito de Dios para el sexo.

El sabio rey Salomón dijo:

> *El afán sin conocimiento no vale nada; mucho yerra quien mucho corre (Proverbios 19:2, NVI).*

Es interesante que mientras estaba haciendo una investigación extensa sobre cómo hablar con nuestros hijos acerca del sexo, casi *todos* los estudios indicaban que una de las tres principales cosas que los padres pueden hacer para ayuda a sus hijos a decirle «no» a la presión sexual es no solo darles información y conocimiento, sino aportarles conocimiento *exacto*.

En *A Guide to Healthy Adolescent Development*, Clea McNeely y Jayne Blanchard escribieron: «En realidad, las investigaciones sugieren que los jóvenes que tienen más conocimiento acerca de la sexualidad y la salud reproductiva son menos susceptibles a participar en actividad sexual temprana». Los investigadores concluyeron que «la provisión de información exacta y objetiva a los adolescentes apoya un desarrollo sexual sano»[1].

Un artículo en la revista *Healthy Children Magazine* declara: «Al aportar información con hechos y darle buena instrucción moral a tu adolescente es una parte de vital importancia para ayudarlo a entenderse a sí mismo. Puede ayudarlo a evitar errores devastadores y criterios peligrosos»[2].

Una manera positiva en que un padre puede influir en el comportamiento sexual de sus hijos es siendo una fuente de información exacta. Una gran fuente de información exacta para los padres es el *Medical Institute for Sexual Health* (www.medinstitute.org). Es probable que se requiera un gran esfuerzo para comprender con exactitud los asuntos acerca de la sexualidad de nuestros hijos, pero valdrá la pena. La presencia del sexo prematrimonial en la Internet exige que seamos padres informados.

Si nuestros hijos descubren que como padres no somos sinceros ni fidedignos, perderán la confianza en nosotros y perderemos la influencia. Ten la seguridad que nuestros hijos a menudo buscarán sus respuestas en «Google» en la Internet y compararán eso con las respuestas que les demos.

Sin embargo, no entres en pánico si no sabes la respuesta. No tengas miedo de

admitir que no sabes la respuesta. Sugiérele que vas a investigar y que le traerás la respuesta (y hazlo de verdad). O sugiérele que los dos busquen juntos la respuesta. ¡Qué hermoso tiempo puede ser este de aprender y unirse más tú y tu hijo!

El admitir que no sabes la respuesta, pero que la buscarás, hará que tus hijos confíen más en ti. Luego, cuando les digas las respuestas a sus preguntas, te concederán más credibilidad.

Los asuntos

Los siguientes asuntos son solo algunas de las cosas que necesitamos saber. La crianza de los hijos es una gran aventura, pero también es una exigente experiencia que consume tiempo. No hay muchos atajos.

- explicación de la anatomía y la reproducción en hombres y mujeres, incluyendo la menstruación y las emisiones nocturnas
- relación sexual y embarazo
- fertilidad y control de la natalidad
- otras formas de comportamiento sexual, incluyendo sexo oral, la masturbación y las caricias
- orientación sexual, incluyendo heterosexualidad, homosexualidad y bisexualidad
- los aspectos físicos y emocionales del sexo, incluyendo las diferencias entre hombres y mujeres
- la autoestima y la presión de los compañeros
- enfermedades de transmisión sexual
- violación y violación en las citas, incluyendo cómo te intoxican (emborrachado o drogado) o aceptando que te lleven a alguna parte o ir a lugares privados con extraños o amigos que te pongan en riesgo
- cómo se escoge la ropa y la manera en que te presentas al enviarles mensajes a otros acerca de tu interés en el comportamiento sexual
- preservativos
- emociones
- la definición de Dios del amor verdadero
- coqueteo
- lo que la Biblia dice sobre los asuntos del sexo

Los especialistas en la crianza de los hijos Kristin Zolten y el Dr. Nicholas Long, al escribir para el *Center for Effective Parenting*, explican que «uno necesita educarse primero en cuando a la educación sexual. Mientras más sepan los padres acerca de los temas del sexo, más cómodos se sentirán al contestar las preguntas de sus hijos. Este conocimiento debe incluir información sobre todos los aspectos del sexo, incluyendo la reproducción, los órganos sexuales, el control de la natalidad, las enfermedades de transmisión sexual, etc.»[3].

No tenemos que saberlo todo, pero necesitamos estar preparados y dispuestos a tener el suficiente conocimiento y la información exacta para responder las preguntas de nuestros hijos.

Capítulo 16

¿No deberían prohibirse ciertos asuntos?

Algunos materiales que nuestros hijos están viendo y leyendo son horribles. Mucho de esto es sorprendente y nos hace sentir incómodos. Sin embargo, desde que nacen nuestros hijos necesitamos crear una atmósfera abierta y sincera que haga que cualquiera de sus preguntas sea aceptable. Si muestras repulsión o sorpresa, o estás incómodo en cuanto a las preguntas de tus hijos, será la última vez que te hagan preguntas. Ninguna pregunta deberá estar fuera de los límites.

La actitud de que ninguna pregunta es tabú tendrá un tremendo impacto en la comprensión y el comportamiento de tus hijos, pero necesitas comunicarles tu disposición. Jerald Newberry, director ejecutivo de *National Education Association's Health Information Network*, dice: «Tú deseas ser alguien con quien tus hijos se sientan cómodos para hacerte preguntas. Asegúrales a tus hijos adolescentes que siempre estás dispuesto a tratar cualquier tema»[1].

Así como lo mencionamos antes, después de asegurarles que «no hay pregunta fuera de los límites», necesitas demostrarlo con tu actitud y con tu lenguaje corporal. «Trata el tema del sexo con total naturalidad», dice el Dr. Nicholas Long del *Center for Effective Parenting*. Él continúa:

> *Cuando hablen con sus hijos acerca del sexo, los padres deben tratar estas conversaciones como lo harían con cualquier otro tema importante: con calma y con total naturalidad. Los niños son muy perspicaces, y notarán la diferencia si sus padres se sienten incómodos con el tema del sexo. Si los niños sienten que sus padres están nerviosos con el tema del sexo, de seguro que no vendrán más a sus padres con problemas ni con preguntas. A los niños también los pueden llevar a creer que el sexo es malo o equivocado, o un tema tabú* [2].

Cada vez que hablaba (Dottie) con uno de mis hijos acerca de asuntos sexuales, siempre deseaba estar en calma. Si estaba cómoda en cuanto a esto, sentía que ellos también lo estaban. Trataba de hablar acerca de esto con el mismo tono de voz que usaría si estuviéramos hablando de lo que íbamos a comer, de cuánto costaría un corte de cabello o de dónde estaba el collar del perro. En otras palabras, si mis hijos sentían que yo estaba relajada con este tema como con cualquier otro, titubeaban menos al venir a mí con sus preguntas o sus preocupaciones acerca del sexo.

Sin embargo, ¿qué tal si tú no puedes contestar la pregunta? Siempre hay una respuesta, aun si fuese: «Yo no sé, pero vamos a investigar». Lo importante es cómo les respondes. Cuando puedes comunicar el mensaje de que ningún tema está fuera de los límites, vas por el buen camino para hablar de forma constructiva con tus hijos acerca del sexo.

El pastor Jack Wellman aconseja con vehemencia que «nunca hay una pregunta que les debe dar temor ni vergüenza a tus hijos al hacértela. Diles eso. Esa zona de

seguridad forja la confianza y provee un ambiente donde pueden venir para inquirir sobre cualquier cosa. Esa es la mejor de las situaciones; en especial cuando se acercan para preguntar sobre el sexo»[3].

Heather, nuestra hija menor ya casada, hace poco nos dijo: «El sexo era una conversación en la mesa del comedor. No había nada por lo cual me sintiera incómoda al preguntar. Sabía que si quería saber algo, les podía preguntar a ustedes y me contestarían. No recuerdo nada que estuviera fuera de los límites en la mesa y no creo que haya algo que esté todavía fuera al decirlo en la mesa».

Estamos agradecidos de que nuestros hijos comprendieran ese mensaje. Sé franco, sincero y dispuesto a encontrar respuestas a cualquier pregunta que tenga tu hijo, sin importar lo que sea, y no te arrepentirás.

Capítulo 17
¿Con qué frecuencia debería hablar con mis hijos acerca del sexo?

¿Debo hablar con mis hijos acerca del sexo una vez cada trimestre, una vez al mes, cada dos meses o una vez a la semana? No es cuántas conversaciones tengas, lo importante es que digas las mismas cosas una y otra vez. La repetición es parte del proceso.

Muchos niños no pueden recibir más de dos o tres minutos de información a la vez. *Children Now*, una organización para la salud y la educación de los niños, declara:

> *Debido a que la mayoría de los niños solo pueden asimilar pequeñas cantidades de información a la vez, no aprenderán todo lo que necesitan saber acerca de un tema en particular en una sola conversación. Por eso es importante dejar que pase el tiempo, después le pides al niño que te diga lo que recuerda de tu conversación. Esto te servirá para corregir cualquier mala interpretación y a proporcionarle más información*[1].

No te sorprendas cuando tu niño de cuatro años te haga la misma pregunta que te hizo cuando tenía tres, ni te sorprendas cuando lo haga al tener cinco. Sentirás ganas de decirle: «Ya te dije de dónde vienen los bebés» o «Te he explicado muchas veces lo que es tu ombligo».

Hace poco, hablé (Dottie) con el Dr. Joe McIlhaney, presidente del *Medical Institute for Sexual Health*. Señaló que los padres a veces sienten que ya han hablado con sus hijos acerca del sexo más de lo que los hijos sienten que les han dicho en realidad. Es probable que exista una buena razón para esto. Los padres invierten mucha energía emocional tratando de ser claros con suficiente información, pero no con demasiada información sobre el tema. Los hijos tienden a recordar esos momentos. Sin embargo, un niño solo está escuchando. Así que esos momentos no siempre se recuerdan. Por eso es que necesitamos ser pacientes y decirlo una y otra vez.

El asunto del sexo tiene mucha complejidad. Y a nuestros hijos les tomará tiempo comprenderlo todo. «Laura Hileman, una mamá de Nashville, escuchó una vez a su hijo de tres años explicarle a su hermano: “Los niños tienen penes y las niñas tienen china”. No te sorprendas si la pregunta surge una y otra vez mientras que tu pequeñito llega a asimilarlo todo»[2].

Cuando somos pacientes y estamos dispuestos a explicarlo de nuevo (quizá con unos cuantos detalles más), se le envía un fuerte mensaje al niño.

Muchos estudios muestran lo siguiente:

> *La repetición de la comunicación sexual (en vez de presentarla una sola vez) es importante por varias razones. 1) La repetición puede aumentar la comprensión, el procesamiento y la aceptación de un adolescente de los mensajes sexuales de los padres; 2) es propensa a incrementar los sentimientos de confianza en cuanto a conversaciones de tema sexual; 3) comunica interés sincero del padre hacia el adolescente; y 4) apoya una relación conectada entre padre y adolescente, lo cual a su vez, tiene implicaciones importantes para promover la salud sexual del adolescente* [3].

Nuestros hijos ven la repetición como algo diferente por completo a nosotros los padres. Necesitan el proceso de repetición para construir su comprensión y su entendimiento del sexo, de ladrillo en ladrillo. Esto quiere decir que repetiremos los mismos conceptos, quizá con algunas diferencias o con mayor significado, una y otra vez.

Capítulo 18

¿No pensarán que estoy obsesionado si sigo insistiendo en el asunto del sexo?

Machacar: «hacer hincapié en un tema hasta el cansancio». A nadie le gusta escuchar a alguien machacando sobre cualquier tema. Claro, si nosotros como padres seguimos machacando el asunto del sexo, nuestros hijos pensarán que estamos obsesionados y pueden dejar de escucharnos. Necesitamos que las verdades del sexo, en especial el diseño de Dios, su propósito y sus límites para el mismo, se inculquen en nuestros hijos. Así que, ¿cómo hacemos esto?

En vez de machacar, aprovecha las situaciones de la vida real y tradúcelas en *momentos para enseñar*. Un momento para enseñar es una situación o una oportunidad que abre la puerta para sacarle partido a una circunstancia diaria para mencionar el tema del sexo. Puede ser una conversación con tu hijo acerca de un tema difícil, un asunto sensible, la sexualidad misma o cualquier otra cosa, pero lo bastante importante como para conversar con tu hijo en el momento oportuno. Estos momentos pueden provocarlos algo que encontró en la computadora, escuchó a una amistad decirlo o lo vio en la televisión, en un vídeo, en un cartel, incluso en algo que leyó en un libro para niños. Aprovecha estas oportunidades.

Captar los momentos para enseñar es un «arte» que se aprende. Mientras más conocimiento tengas de los medios, serás mejor. Esto quiere decir que sabes cómo interpretar y evaluar el contenido de los medios en cuanto se relacionan con valores y comportamientos, ya sea en la Internet, en las películas, en la televisión, en las revistas, en los cómics, en los periódicos, los blogs, los *tweets* y otros mensajes de los medios sociales.

La cultura actual le provee a cada padre muchas oportunidades de los medios para convertirlos en momentos para enseñar. Un informe de la *Kaiser Family Foundation* sobre programas de televisión muestra que «el setenta y cinco por ciento de los programas de la red en horario estelar contienen diálogos de sexo o de comportamiento sexual»[1].

Los medios de entretenimiento, sobre todo la televisión y la Internet, se han convertido en las principales influencias o educadores sexuales del mundo. Es tan crítico que hasta podemos evaluar el contenido destructivo de los medios. Nosotros podemos mitigar el impacto al conversar con nuestros hijos y convertirlo en algo positivo.

Por ejemplo, durante el medio tiempo del partido por el campeonato de fútbol americano del año 2012, muchos se escandalizaron y a otros les causó risa cuando una artista del grupo M.I.A. hizo una señal obscena ante la cámara. Mostró un dedo físico que sugiere la insinuación sexual de fornicar. ¿Cuántos cristianos se

mostraron disgustados por eso (y con justa razón), pero luego perdieron la oportunidad de impartir una verdad sobre la sexualidad que un niño podría recordarla por años?

Conducía (Josh) el automóvil con Kelly y Sean, que entonces tenían nueve y siete años. Como niños normales a esa edad, se empezaron a pelear. Sean con su frustración, le gritó a su hermana, «¡P_______!». Yo hubiera podido enojarme y haber disciplinado a mi hijo. En cambio, ante esa situación, no mostré sorpresa ni emoción. Solo le pregunté:

—Hijo, ¿tú sabes lo que eso significa?

—No —me contestó en seguida.

—¿Dónde escuchaste eso? —le pregunté entonces.

—En la escuela —respondió.

—Hijo, ¿te puedo explicar lo que significa? —le dije a Sean.

—Sí —me dijo con sus ojitos bien abiertos.

Los siguientes diez minutos fueron un maravilloso tiempo de enseñanza y de conversar con mis hijos. Les expliqué lo que significaba dicha palabra. Les dije cómo eso rebajaba uno de los regalos más hermosos que Dios les ha dado a todos los papás y las mamás. Luego, traté de ser tan claro como era posible para un nivel de siete años y darles la razón de por qué, en nuestra familia, no usamos esa palabra. Ese incidente se convirtió en un momento ideal para enseñar que tuvo un impacto positivo en la vida de Sean.

Las oportunidades son ilimitadas para tener momentos importantes para enseñarles a nuestros hijos. Estos pequeños momentos, en un sinnúmero de situaciones, pueden convertir una experiencia negativa en una positiva y memorable capaz de influir en las actitudes, las creencias, la comprensión y el comportamiento de nuestros hijos.

A continuación mostramos algunas esferas que a veces proveen momentos para enseñar en nuestra vida diaria.

1. La televisión . . . y otros medios de entretenimiento. En *Sexuality, Contraception, and the Media*, la Academia Estadounidense de Pediatría informó que:

> *Los niños estadounidenses dedican más de treinta y ocho horas a la semana a ver varias formas de los medios, tales como la televisión, los vídeos, los videojuegos, la música y la Internet. Para cuando el adolescente promedio termina la escuela secundaria, habrá perdido quince mil horas viendo televisión. Esto es veinte por ciento más que las doce mil horas que habrá pasado en el salón de clases. Además, el adolescente estadounidense promedio habrá visto cerca de catorce mil escenas sexuales por año*[2].

Las noticias están llenas de material con momentos para enseñar. El currículo para los padres «Espera para tener relaciones sexuales» desarrollado por el centro de prevención de embarazos de adolescentes, provee esta perspectiva: «Tú y tu hijo

están viendo las noticias en la televisión. El reportero habla de la familia de una niña del séptimo grado poniendo una demanda legal contra el distrito escolar por acoso sexual. Un niño ha hecho repetidos comentarios derogatorios y burlones acerca de su cuerpo, en especial de sus senos. Esta es una oportunidad propicia para enseñar lo importante que es mostrar respeto al sexo opuesto»[3].

A veces estábamos viendo un programa de televisión o un DVD con nuestros hijos y de repente se nos mostraba o se nos insinuaba que dos personas realizaban un acto inmoral. Solo se apagaba el programa y convertíamos la ocasión en un momento de aprendizaje.

—Hijos, ¿qué es lo que está mal con eso que acabamos de ver? —decíamos.

Ellos hablaban y nosotros escuchábamos.

—¿Por qué está mal?

Nosotros escuchábamos sin interrumpir.

—¿Cuáles podrían ser las consecuencias del sexo fuera del matrimonio? ¿Pueden recordar alguna vez las consecuencias negativas de la actividad sexual en la televisión o en un DVD?

Por lo general, no podían recordarlo, debido a que los medios de entretenimiento casi nunca muestran las consecuencias negativas del sexo fuera del matrimonio. Por ejemplo, en la televisión casi nunca se muestra que alguien contrae una enfermedad de transmisión sexual. Desde luego, ese es un mundo fuera por completo de la realidad.

Hoy en día, uno de cada cuatro adolescentes está infectado con una enfermedad de transmisión sexual. En este año, tres *millones* de jóvenes contraerán una enfermedad de transmisión sexual. El cincuenta por ciento de todos los hombres entre los doce y los setenta años de edad está infectado con el VPH [virus del papiloma humano]. No hay cura, los preservativos son inadecuados; y está matando a más mujeres que el VIH*. Sin embargo, muy pocas veces lo vemos en la televisión o en las películas. Es tan fuera de la realidad como engañoso. Las acciones inmorales sí tienen consecuencias. Los conceptos erróneos presentados por los medios acerca de las consecuencias sexuales nos proveen momentos ideales para enseñarles a nuestros hijos.

Otra estrategia para los momentos apropiados para el aprendizaje es poner toda la conversación a la luz de la Palabra de Dios y su propósito para el sexo. Cuando estén viendo televisión o películas, juntos como familia, verán muchas escenas mostrando a las personas tomando malas decisiones morales. Habla con tu hijo sobre por qué Dios nos dio ciertos principios y límites para el sexo. Usa este tiempo para reforzar cómo la Biblia es relevante y que obedecerla es lo mejor para nosotros.

La Asociación Americana de Psicología da un excelente consejo:

> *Habla. Si no te gusta un programa de televisión, un CD, un vídeo, un par de vaqueros o una*

muñeca, di el porqué. Una conversación más eficaz con ella sería decirle: «No, no puedes comprarlo o no puedes verlo». Apoya campañas, compañías y productos que promuevan imágenes positivas de muchachas. Quéjate a los fabricantes, publicistas, productores de cine y televisión y establecimiento de venta al detalle donde los productos muestran a las muchachas como objetos sexuales[4].

Un reciente reportaje de SIECUS [por sus siglas en inglés del Concilio de Educación sobre Información Sexual en los Estados Unidos] da un buen consejo:

- Expresa tus opiniones y tus valores de una manera positiva. Habla lo que piensas. Tus hijos necesitan comprender tus valores al empezar a formar los suyos propios.
- Mantente pendiente de los momentos para enseñar. Usa la oportunidad de una broma, un canto, un cartel o un anuncio de la televisión, a fin de poder analizar un tema.
- Usa el tiempo de los anuncios para hablar. Dedica este tiempo para comunicarles tu propio mensaje corto. Tus hijos pueden ponerte más atención durante una pausa del programa.
- Recuerda que hasta los programas «malos» también pueden provocar conversaciones. A menudo, te dan la oportunidad para discutir el comportamiento de cierto personaje.
- Sé sensitivo. A tus hijos quizá les resulte embarazoso que discutas asuntos de la sexualidad delante de sus amigos o de otros adultos[5].

Usa los medios de comunicación a tu favor. Conversa con tus hijos. Expresa *tus* valores.

2. Una mujer embarazada. A veces, los niños se sienten intrigados al ver una mujer embarazada, ya sea una extraña, una parienta o una amiga de la familia. Este es el momento para responder a sus preguntas y hacer una fácil transición a la conversación sobre el sexo.

3. Historias verdaderas de personas reales. La autora Wendy Sellers señala cómo sacarle jugo a esas historias verdaderas. «Los niños responden a las historias de personas verdaderas. Por ejemplo, di: “Estoy triste por algunas noticias que acabo de escuchar. El hijo de mi prima tiene que dejar la escuela para conseguirse un trabajo. Él y su novia tuvieron relaciones sexuales y ahora ella está embarazada. Tendrá que trabajar y pagar la manutención de su bebé en vez de terminar su educación. ¿Qué piensas de eso?”»[6]. Estas historias de la vida real proveen excelentes momentos para enseñar.

Diana Converse, una educadora de la vida familiar del condado de Hillsborough en la extensión de la Universidad de la Florida, ofrece las seis situaciones siguientes para momentos de aprendizaje.

4. Fotografías de desnudos. «Tu niño y sus amiguitos están riéndose en el dormitorio. Abres la puerta para ver dónde está la diversión y los encuentras viendo una mujer desnuda en la enciclopedia»[7]. Este es un poderoso momento para enseñar.

5. Carteles de búsqueda. «Mientras esperas en la cola de la oficina de correos con tu hijo de once años, te das cuenta del cartel «Se busca» del FBI en la pared. Una de las fotos es de un hombre que lo buscan por la violación de tres mujeres»[8]. ¡Qué

oportunidad para hablar con tu hijo!

6. Afecto homosexual. «Tú y tu hijo advierten dos hombres tomados de las manos en el centro comercial»[9]. Otro momento de aprendizaje, a fin de explicar la homosexualidad de forma compasiva.

7. El descubrimiento de un preservativo. «Mientras lavan la ropa, encuentras un preservativo en los pantalones de tu hijo»[10]. Esto puede convertirse en un momento para enseñar; algo bastante chocante, pero un momento para enseñar de todos modos.

8. Información sexual errónea. «Un día, mientras conduces de la escuela a la casa, tu hija de trece años dice: "Mamá, me enteré que una no puede quedar embarazada la primera vez que tienes relaciones sexuales"»[11].

9. Diferencias entre familiares acerca del sexo. «Tu suegra le está cambiando el pañal a tu hijo de seis meses. Tú y tu hijo mayor están observándola cambiar el pañal. Tu suegra le da una suave palmada al bebé y le dice: "No te toques allí abajo"»[12]. Es probable que desees mantenerla a raya con una respuesta inmediata. Sin embargo, más tarde puedes usar esta situación como un momento positivo de aprendizaje.

10. Mirar los álbumes de las bodas de la familia. ¡Qué maravilloso momento para enseñar!

11. El comportamiento de los animales. Una de las hijas de la familia McDowell cuenta esta historia: «Sé que mi mamá dice que la primera vez que hablamos de manera explícita sobre el sexo estábamos en el automóvil por el camino y vimos a dos vacas con una subiéndose encima de la otra. Ella dice que yo le pregunté qué estaba pasando. Mi mamá lo explicó y le dije: "Ay, ¿no sería vulgar que las personas hicieran eso también?". Claro, esa fue la primera conversación que tuvimos acerca de las relaciones sexuales. Lo extraño del caso es que no recuerdo esa conversación». Aunque nuestra hija no recuerde la ocasión, ese fue uno de los momentos para enseñar que poco a poco le fue dando suficiente información para comprender el maravilloso regalo del sexo.

12. Reuniones de las escuelas, los eventos deportivos, las prácticas, los dramas escolares, etc. Estábamos en un restaurante cenando con nuestros cuatro hijos: Kelly, Sean, Katie y Heather, cuando Sean dijo: «Papá, hoy tuvimos un conferenciante en la escuela que nos habló sobre el sexo. No creemos que tú estarías de acuerdo con él». De inmediato, le pregunté: «¿Por qué?».

Las siguientes tres horas nos quedamos en ese restaurante en Lakeside, California, y tuvimos una conversación familiar abierta. El camarero, un estudiante de universidad, se mantuvo cerca de nosotros. Al final, interrumpió para decir: «Muchachos, ¿saben ustedes lo afortunados que son al tener un papá y una mamá que pueden hablar estas cosas con ustedes? Mis padres nunca hicieron eso con mi hermana y conmigo, y como resultado, hemos tomado muy malas decisiones».

Usen estos tiempos como momentos para enseñar.

13. Música. Los investigadores de la Universidad Estatal de Nueva York en Albany publicaron un análisis de las letras de ciento setenta y cuatro canciones que llegaron a estar entre las diez más populares de música country, pop y en los listados de *R&B Billboard* en el año 2009. Encontraron que «el 92 % contenía uno o más "mensajes de contenido sexual", con un promedio de 10.49 frases semejantes por canción»[13].

Hace años, entré (Josh) al cuarto de Sean mientras trataba de borrar una canción en su nuevo CD de *Depeche Mode*. En ese tiempo él tenía doce años.

—Sean, ¿qué estás haciendo? —le pregunté.

—Estoy tratando de borrar una canción.

—¿Por qué?

— No cumple con la norma de nuestra familia, así que quiero borrarla.

Esto me proveyó un tipo diferente de momento para enseñar. De inmediato, mostré mi admiración por él y lo orgulloso que estaba por tomar esa decisión.

Deb Roffman, al escribir para la Asociación de Padres y Maestros, enfatiza esto. Dijo: «Cuando ves algo que no apoya tus valores, ya sea un anuncio, un programa de la televisión o un vídeo musical, infórmaselo a tus hijos. Sé el intérprete cultural de tus hijos»[14].

14. La hora del baño. Cuando una de mis hijas tenía como dos años, yo acababa de regresar a casa de una gira y Dottie me preguntó: «Por favor, ¿le puedes dar un baño?». Acepté y fui al baño del dormitorio principal y empecé a llenar la tina del baño. Le dije a mi hija: «Cariño, ahora desvístete, pero no te metas», porque tenía miedo que entrara, se resbalara y se golpeara la cabeza. Así que le dije: «Espera a que papá regrese. ¡Tengo una sorpresa para ti!».

Durante mi viaje, le había comprado un patito de hule, así que fui a buscárselo. Justo cuando estaba a punto de volver al baño, ella dejó escapar un grito desgarrador. Corrí al baño con mi corazón palpitando agitadamente, y exclamé:

—Cariño, ¿qué pasa?

Mi hijita estaba sentada en el borde de la tina mirándose a sí misma. Levantó la vista y me dijo:

—Papi, Papi, ¡mi pene está al revés!

Verás, mi hija había visto a su hermano. ¿Qué otra cosa puede pensar una niña de dos años? O había perdido su pene o estaba al revés. Era una preocupación genuina para ella. Este era un maravilloso momento para enseñar.

—Ah, no, cariño —le dije—. Así es que te hizo Dios. Él hace a los niños como tu hermano con un pene y a las niñas como tú con una vagina. ¿No es maravilloso lo que Dios ha hecho? Ahora, vamos a bañarte.

Fue una conversación de veinte segundos. Fue una gran educación sexual. Fue un verdadero momento para enseñar. Al aprovechar todas las situaciones anteriores y

aun otras más, recuerda que si incluyes a tus hijos en esos momentos de aprendizaje cuando son pequeños, podrán conversar contigo en momentos de aprendizaje cuando sean mayores.

---

* Para más detalles, lee el libro *La verdad desnuda*.

Capítulo 19

¿Hasta qué punto debería supervisar el mundo de mis hijos?

La supervisión del mundo de tu hijo es una absoluta necesidad en la vida actual. Tu preocupación no debe ser si estás supervisando mucho a tus hijos, sino si los estás supervisando muy poco.

¿Cuáles son los aspectos que necesitas supervisar? Es obvio que eso incluye a los amigos de tus hijos y sus familias, su escuela, sus grupos deportivos, la televisión, las películas y los vídeos que miran, las revistas que leen, la música que escuchan y, por supuesto, la Internet. Esta es una tarea grande . . . pero debe realizarse.

Como padres en el mundo de hoy, necesitamos ser valientes e intrépidos en supervisar el mundo de nuestros hijos. Nos enfrentamos a desafíos (debido a la Internet) que nunca nos imaginamos que enfrentaríamos alguna vez. Es más, nuestra hija Katie, madre de preescolares, me dijo (Dottie) hace poco que «ha perdido la esperanza de que pueda proteger a sus niños varones de la cultura que les rodea». Entonces, su estrategia fue «no *protegerlos de* la cultura, sino *prepararlos para* que, con prudencia, supieran cómo lidiar con ella, y ayudar a sus hijos a caminar a través de la misma». Este enfoque requiere decisiones intencionales y a veces difíciles.

Podemos buscar maneras creativas de meternos en el mundo de nuestros hijos. Mi hermana (de Dottie), la madre de una hija que va a la escuela secundaria, es un gran ejemplo de alguien que encontró una solución creativa. Es maestra titulada, pero deseaba ser una madre que se quedara en casa. Para lograr este objetivo, funge como maestra sustituta en la escuela de su hija. De esta manera puede llegar a conocer a los muchachos con quienes tiene amistad, conocer a otras maestras y percibir la atmósfera de la escuela de su hija. Por supuesto, no todas nosotras podemos planificar una situación tan ideal. Sin embargo, todas podemos ser creativas y decididas.

Josh y yo fuimos diligentes al respecto y esperábamos tener un diálogo claro con nuestros hijos acerca de sus idas y venidas. Exigíamos que nos dijeran con exactitud a dónde iban, a qué hora saldrían y regresarían, lo que iban a hacer y con quién iban. Esto tomaba tiempo, energía y determinación. Aun así, era importante por su seguridad y para nuestra paz mental.

Establecimos reglamentos y horas de volver a casa, y esperábamos cierto comportamiento. Incluimos a nuestros hijos en el proceso de hacer las reglas, así que podían entender nuestra perspectiva y preocupación. Esto lo hicimos dentro del contexto de una relación de amor, sabiendo que de otra manera se hubieran resistido. Recuerda: «Las reglas sin relación a menudo llevan a rebelión».

A medida que crecían nuestros hijos y mostraban cada vez más señales de madurez y responsabilidad, fuimos soltando las riendas. Este era un «proceso de preparación», sabiendo que a la larga se irían solos al trabajo o a la universidad y tendrían que tomar sus propias decisiones. De vez en cuando, les teníamos que recordar que la supervisión y la vigilancia de su paradero no nos convertían en regañones, ¡sino que nos hacían padres!

Cuando tu hijo está jugando en la casa del vecino, es importante saber quién más estará allí y que alguien en quien confías (un adulto) tenga el control. Es triste, pero el abuso puede venir de otros niños, así que necesitas saber quién está en la casa. Antes de que tus hijos se vayan a un lugar nuevo y desconocido, asegúrate de que en esa casa no haya pornografía. Una pareja joven que vive cerca de nosotros siempre pregunta si hay un hermano mayor en la familia a la que invitan a sus hijos. Si lo hay, tienen por norma en su familia que los niños deben jugar en su propia casa, no en la del vecino. También tienen la norma de que ningún adolescente cuidará a sus hijos. Esto parece ser estricto, pero solo es por la seguridad de sus hijos.

Está al tanto de lo que están enseñando en las escuelas de tus hijos. Las escuelas tienen normas muy diferentes, en dependencia del lugar en el que vives y si la escuela es pública o privada. Participa de forma activa. Alístate como voluntario en el salón de clases. Ve a las reuniones de la Asociación de Padres y Maestros y reúnete con los maestros. Pon atención a las normas públicas y conoce las leyes que se aprueban y que pueden afectar tu distrito escolar.

Supervisa los programas de televisión, las películas y los DVD que ven tus hijos. Cada familia necesita tener sus propias reglas que procuren el mejor interés de sus hijos. Dos de nuestros hijos mayores han decidido no tener televisores en sus hogares. Otro de nuestros hijos examina con cuidado todos los programas de televisión. Ponte en contacto con las películas y los DVD que hay allá afuera, y ten un plan que refleje los estándares de tu familia. Usa las conversaciones sobre estas cosas como «oportunidades». Los niños necesitan comprender que los medios están rebosando de material que envía mensajes nocivos. Lee lo más posible lo que leen tus hijos y escucha lo que escuchan ellos. Luego, puedes conversar con ellos acerca de los mensajes que fluyen de los libros y las canciones que les gustan. Esta clase de supervisión te da más oportunidades de conectarte, más oportunidades de comprender y más oportunidades de unirte a tus hijos.

Sabiduría desde el punto de vista de una persona de veintisiete años sobre los niños y la Internet

Hoy en día, es inevitable que tus hijos entren a la Internet[1]. No hay manera de evitarlo. Los sistemas escolares asignan incluso deberes que solo se pueden hacer en la web.

Existen muchas plataformas diferentes de programas de protección que podemos

usar. Algunos de estos programas cuestan dinero y otros no. Algunos de los programas de software funcionan en artefactos inteligentes y otros no. Programas a considerar:

X3 Watch: pagado/gratuito	www.x3watch.com/
Total Net Guard: pagado	http://afo.net/
Bsecure: pagado	www.bsecure.com/
Net Nanny: pagado	www.netnanny.com/
Covenant eyes: pagado	http://covenanteyes.com/
K9 Web Protection: gratuito	www1.k9webprotection.com/
Safe eyes: gratuito	www.internetsafety.com/
Cyber Sitter: pagado	www.cybersitter.com/
Pure Sight: pagado	www.puresight.com/

Debemos saber que un filtro de software no es la solución perfecta. El filtro bloqueará la mayoría de los sitios, pero no todos y no detendrá el correo electrónico.

A fin de proteger a mis hijos estoy dando los siguientes pasos:

1. Todas las computadoras y los teléfonos inteligentes deberán apagarse no más tarde de las nueve de la noche. Hay un dicho que dice «nada bueno sucede después de las diez de la noche».
2. No permito que mis hijos tengan computadoras, televisores ni artefactos electrónicos en sus cuartos por la noche.
3. Conozco a los amigos de mis hijos y a sus padres. No estoy diciendo que mis hijos no puedan tener amigos no creyentes, sino que deseo que esos niños estén en mi casa. Quiero saber que cuando mi hijo va a la casa de otra persona, esta tiene los mismos estándares que tengo yo.
4. Quiero que mis hijos comprendan que entrar en la Internet es un privilegio, no un derecho que reciben al nacer. Llámame anticuada o de la vieja escuela, pero quiero que mis hijos lean libros y jueguen afuera usando su imaginación.
5. Yo establezco una cuota de tiempo para que mis hijos pasen en la Internet. Vi una compañía de software en particular que les permite a los padres usar el tiempo en la Internet como un sistema de premios. Se podría acumular minutos en la Internet haciendo las tareas y ayudando en la casa. Me gusta la idea de premiar con diez minutos por hacer su cama, diez minutos por lavar los platos, veinte minutos por pasar la aspiradora en la casa, etc.
6. En mi casa, no pongo ninguna computadora en un área que no sea pública ni que esté aislada.
7. No me voy a la cama mientras mi hijo esté en la computadora o en un artefacto electrónico.
8. Por último, cualquier regla que pongo para mis hijos, la obedezco yo misma. Quiero ser un ejemplo para mis hijos en todo aspecto de mi vida, incluyendo mi respeto y mi cuidado cuando se trata de la Internet o los medios sociales.

Quizá esta mamá parezca exagerada para algunas personas. No obstante, si vamos a equivocarnos de un lado o del otro, sugiero que sea en el de proteger mucho y no poco.

Una familia violada por la pornografía digital

En enero de 2012 las vidas de Melisa, Tomás y sus hijos cambiaron para siempre[*]*. La policía*

llegó a su casa para interrogar a su hijo mayor, Kyle de trece años. Después del interrogatorio Kyle admitió ser adicto a la pornografía y haber cruzado los límites sexuales con dos de sus hermanos y con un niño pequeño que visitaba su casa a menudo. Melisa y Tomás estaban conmocionados por completo. A su hijo se lo llevaron de la casa y lo pusieron en un lugar de detención juvenil. Lo acusaron de tres cargos por abuso sexual, y uno de ellos era un delito grave.

Melisa y Tomás habían criado a sus hijos en la amonestación del Señor. Les habían ayudado a conocer el bien y el mal, habían orado por ellos, les habían enseñado y protegido lo mejor posible. Nunca hubieran pensado que uno de sus hijos vería pornografía y mucho menos que actuara de acuerdo a esto. Fueron ingenuos en cuanto a su autoridad y su cercanía.

Kyle había estado expuesto a la pornografía y se convirtió en adicto con mucha rapidez. Había estado entrando a escondidas en el cuarto de sus padres y usando su computadora portátil, que no tenía ningún tipo de filtro. También había visto pornografía en los teléfonos inteligentes de sus amigos. Tenía amigos que venían a menudo con sus equipos portátiles, y le pidieron a Melisa su contraseña para el wifi de la familia, a fin de «escuchar música cristiana». Por inexperiencia, se las dio, sin darse cuenta que los teléfonos guardaban la contraseña y que les permitiría tener acceso de forma automática cada vez que vinieran a la casa. Kyle no podía soportar lo que veía. No podía apartar de su mente las pervertidas imágenes y actuaba según esas imágenes a través del abuso sexual.

A los trece años de edad, la vida de Kyle había cambiado para siempre. Después de un período de arresto domiciliario en casa de un pariente, ahora está en libertad condicional y está pasando un intenso programa de terapia de dos años. Solo hace poco se le permitió comunicarse con uno de sus hermanos. Y no volverá a su casa hasta después del programa. Su estatus de «agresor sexual juvenil» saldrá a la luz en todas las revisiones de sus antecedentes por el resto de su vida.

Después de su arresto, Kyle quiso contar su historia. Empezó a insistir en que Melisa y Tomás les advirtieran a sus amigos y a sus padres que se alejaran del camino de la pornografía y de la adicción. Su trasfondo de que le criaran conociendo el amor de Cristo no lo mantuvo alejado de la pornografía . . . pero le ha ayudado a lidiar con lo que ha pasado en su vida desde entonces. Ha estado de rodillas buscando la redención y orando para que su historia valga la pena.

---

* Se cambiaron los nombres y los detalles a fin de ocultar la identidad de los involucrados.

Capítulo 20

¿Cuándo la supervisión se convierte en invasión de la privacidad?

Cuando el niño va creciendo, la privacidad se convierte cada vez más en algo importante para su vida. Al permitirles que tengan privacidad demuestras que confías en ellos y que les respetas. Esa confianza y ese respeto deben ganarse y deben ser recíprocos.

Una de las cosas que nosotros hicimos en la casa de los McDowell fue establecer una norma de «ninguna puerta cerrada con llave» para los cuartos de los niños. Como sus padres, podíamos cerrar con llave la puerta del dormitorio por razones entendibles, pero nuestros hijos no podían cerrar con llave las suyas. Sin embargo, queríamos respetar a nuestros hijos y su necesidad de privacidad. A pesar de nuestra curiosidad de lo que pudieran estar haciendo en sus cuartos por horas, *siempre tocábamos* antes de entrar a su cuarto porque respetábamos su privacidad.

Después de haber estado frente a muchas puertas cerradas, tocando con los nudillos y llamando antes de entrar, nuestros hijos sabían que siempre lo haríamos antes de hacerlo. Esa norma resultó en que nuestros hijos nos respetaban y confiaban en nosotros mucho más. La especialista en niños Mary Van Clay expresa esto:

> *Si se ha establecido un ambiente de confianza y respeto, y se respeta la privacidad de tus hijos, no solo hace que crezcan la confianza y el respeto, sino que tus hijos tienen la oportunidad de practicar sus propios límites con lo que se considera privado (por ejemplo, tiempo, su cuerpo, su cuarto o su espacio)*[1].

Entonces, ¿cómo se controla la página en Facebook de tu hijo? ¿Será que el correo electrónico de tu hijo es privado también? ¿O deberías tener acceso a los mensajes de texto o correos electrónicos de tu hijo? Nuestra respuesta es: *¡Claro que sí!* Deberás tener acceso a todos los sitios de redes sociales de tus hijos. El cuarto de tus hijos no es lo mismo que su página de Facebook. Ya sea el Facebook o los correos electrónicos, cualquier sitio de medios sociales que use tu hijo debe estar accesible para ti. La supervisión de la actividad de tu hijo en la Internet no solo está dentro de tus derechos como padre y dentro de tu responsabilidad, sino es tu manera de protegerlos.

Sin embargo, muy parecido a la puerta del cuarto, en vez de entrar sin avisar al «espacio» de tu hijo, considera negociar cómo puedes tener acceso a sus sitios de redes sociales. En vez de invadir su espacio sin que te inviten, trata de negociar una solución que permita el respeto y la confianza para continuar relacionándote con ellos. ¿Les exiges que te den todas las contraseñas y los nombres de usuario, o los

ayudas a comprender que quieres ser parte de su mundo? En vez de darle a tu hijo su propio teléfono inteligente, considera darle un teléfono sin acceso a la Internet. Llega a un acuerdo con tus hijos y luego recuerda tocar siempre a su «puerta» antes de entrar.

Capítulo 21
¿Cómo respondo al «primer amor» de mis hijos?

¿Recuerdas tu «primer amor», «amor de adolescente», como le solían decir? ¿Recuerdas la primera vez que se tomaron de las manos o tu primer beso? ¿Y recuerdas cómo la vida parecía que estaba a punto de terminar cuando el ser «amado» ya no te «amaba»? Al volver la vista atrás, ahora quizá parezca una tontería, pero en ese momento era un asunto serio.

De alguna manera, muchos padres parecen olvidar lo importante que les resultaban esos sentimientos cuando eran jóvenes. Por supuesto que no era el amor verdadero, pero en ese entonces no lo sabíamos, ¿verdad? Y si alguien hubiera tratado de decirnos que no era un verdadero amor, nos habríamos sentido menospreciados y que nos habían faltado el respeto. Eso todavía es cierto para nuestros hijos hoy.

A medida que crecen, nuestros hijos desean que los consideremos como personas maduras (sin importar su edad) y capaces de tomar sus propias decisiones. No vale la pena decirles a nuestros hijos que la pasión y los sentimientos que tienen ahora solo es «amor de adolescente». Claro, de seguro que lo superarán con la edad y hasta se reirán más tarde al pensar en el pasado, pero ahora no quieren escuchar eso. Nuestras actitudes hacia su «primer amor» les convencerán que nos importan y que los comprendemos, o bien que no tenemos ni idea acerca de su mundo.

Cuando veamos que a nuestros hijos están «enfermos de amor», en lugar de burlarnos de ellos o minimizar sus sentimientos, esta es una oportunidad ideal para entablar una conversación positiva. Este es el momento para tomar en serio la experiencia del primer amor de nuestros hijos y *no* comunicarles que es insignificante o prematuro. En realidad, de acuerdo a un estudio, quizá hasta sea «el amor más importante e intenso que siente una persona»[1].

Dedica el tiempo para explicar que tú también experimentaste esas emociones y que son un indicio importante de que está madurando. Usa esta oportunidad para hablar de lo que es el verdadero amor (lee el tercer capítulo). Comunica actitudes entusiastas como «¡Cuéntamelo todo!» o algo como «¿No es acaso emocionante que empieces a sentir esa clase de sentimientos *ahora*?». Al apoyar a tus hijos a través de esta etapa, estás diciendo con claridad que te interesa lo que es importante para ellos y que estás a su lado para apoyarlos. Al reconocer sus sentimientos, tus hijos serán más propensos a buscar tu apoyo una y otra vez más tarde.

Los científicos especializados en el cerebro en la Universidad de Londres revisaron los cerebros de jóvenes enamorados mientras estaban pensando en sus novias o novios y descubrieron que «cuatro áreas del cerebro se ponían muy

activas. Esto confirma que enamorarse es una emoción general y que involucra a casi todas las partes de la mente y el cuerpo»[2].

La campaña nacional para prevenir embarazos entre adolescentes y los embarazos no planeados obtuvo importantes respuestas de los adolescentes y las publicaron en una sección llamada «Respuestas». Un adolescente rogaba: «Háblennos con sinceridad sobre el sexo, el amor y las relaciones. Solo porque seamos jóvenes no quiere decir que no podamos enamorarnos [. . .] Estos sentimientos son muy reales y poderosos para nosotros. Ayúdennos a manejarlos de una manera sana, sin herirnos ni herir a otros»[3].

Al validar los fuertes sentimientos que tienen tus hijos, se sentirán apoyados, comprendidos y amados.

Capítulo 22
¿Qué reglas o límites sexuales puedo establecer para mis hijos?

Las reglas son importantes. Los límites son necesarios. Y necesitamos establecerlos para nuestros hijos. Sin embargo, es importante recordar que «las reglas sin relación llevan a la rebelión». Coloca todas las reglas y los límites dentro del contexto de una relación amorosa con tus hijos. Es probable que quieras volver a leer los capítulos 3, 4 y 5 de este libro al empezar a establecerle límites a tu hijo.

Tal como dijimos, siempre que Dios nos dice «no» o nos pone límites, lo hace por dos motivaciones de amor: *proveer* para nosotros y *protegernos*. Al establecer reglas sexuales y límites para tus hijos, diles que también tú tienes la misma motivación.

He utilizado (Josh) la «ilustración del paraguas» porque es una buena manera de explicar la naturaleza de las reglas de proveer y proteger.

Explico que las reglas son como un paraguas. Si está lloviendo afuera, abres el paraguas. Mientras te mantengas bajo el paraguas, estás bajo su protección y provisión. Estás protegido de la lluvia y se te provee de un lugar seco. En cambio, cuando por un acto de tu voluntad sales de debajo del paraguas, te has apartado de su protección y provisión, y sufres las consecuencias. Así que te mojas. Hay consecuencias por tus decisiones.

Es importante que nuestros hijos sientan que cualquier límite que establezcamos es porque les amamos y queremos proveerles y protegerles. Con esto como base, ¿cuáles son algunos límites apropiados que necesitamos establecer? Ofrecemos cinco.

1. Límites de las citas

La gran pregunta para nosotros como padres es cuándo dejamos que nuestros hijos empiecen a salir en citas de noviazgo. Muchos adolescentes empiezan muy pronto, tan temprano como a los once o doce años. Solo porque nos digan que «todo el mundo lo hace» (lo cual no es a los once ni a los doce años), no es razón para que tus hijos empiecen a salir en citas.

El tiempo para permitirle a tu joven tener citas es cuando tú, como padre, estás seguro de que tu hijo es lo suficiente maduro para hacerlo con responsabilidad. Esto significa que el joven está listo para establecer algunas normas morales, como las que mencionamos en el tercer capítulo; es decir, un compromiso con la fe, la fidelidad y la decisión de expresar amor a la manera de Dios. Un joven tiene que ser capaz de plantear con claridad esas normas y atenerse a las mismas. Si tu adolescente no está preparado para comprometerse con estas normas, no está listo

para decirle «no» a la presión del sexo prematrimonial. Y es evidente que un hijo así no debe salir en citas de noviazgo.

Otro asunto a considerar es la diferencia de edad entre tu hijo y la otra persona con quien desea salir. La campaña de prevención de embarazos no planeados entre adolescentes insta con razón y de manera enfática a los padres a que «tomen autoridad en contra de que su hija salga en citas con un muchacho mucho mayor que ella. Y que tampoco permitan que su hijo desarrolle una intensa relación con una muchacha mucho menor que él»[1]. Luego, siguen diciendo:

> *Los muchachos mayores pueden parecerle encantadores a una joven. Sin embargo, el riesgo de que las cosas se salgan de control aumenta cuando el muchacho es mucho mayor que la muchacha. Trata de poner un límite de no más de dos (o a lo sumo tres) años de diferencia. La diferencia de presión y de influencia entre muchachas y hombres mayores, puede llevar a las muchachas más jóvenes a situaciones riesgosas, incluyendo relaciones sexuales indeseadas* [2].

Glenn Stanton, director de *Family Formation Studies* en Enfoque a la Familia, explica que «los padres que establecen reglas moderadas y razonables para los adolescentes, experimentaron menor predominio de actividad sexual entre sus adolescentes. Estos padres establecieron reglas moderadas y supervisaron con sumo cuidado a sus adolescentes en lo que se refiere a con quién salían y a dónde iban, e insistían en una hora de regreso razonable[3].

2. Límites en cuanto al entretenimiento en los medios de comunicación

Las investigaciones muestran que «los adolescentes que miran contenido sexual en la televisión, participan con más facilidad en la actividad sexual; los adolescentes que miran mucha televisión tienden a tener actitudes negativas en cuanto a ser virgen; y los adolescentes que ven el contenido sexual como si fuera la realidad, están más impactados por el contenido sexual». A la luz de esa declaración, considera que «los estudiantes promedio, por ejemplo, miran cinco mil horas de televisión antes de que siquiera empiecen a ir a la escuela»[4]. Sin embargo, los niños de ahora prefieren la Internet en vez de la televisión para su entretenimiento[5].

Los límites deben establecerse en cuanto a la cantidad de tiempo, así como cuándo y dónde nuestros hijos ven y participan de los medios de entretenimiento.

3. Límites en cuanto al alcohol y las drogas

Una y otra vez les enseñamos a nuestros hijos que cuando las personas toman alcohol o consumen drogas, pierden su libertad no solo de tomar las decisiones morales adecuadas, sino de actuar con responsabilidad. Por ejemplo, considera los efectos de las drogas y el alcohol en las relaciones sexuales o en el sexo oral. Hace unos años, el «Youth Risk Behavior Surveillance Report», informó lo siguiente[6]:

• Entre estudiantes sexualmente activos, el 25,6 % (30,9 % de los chicos y el 20,7 % de las chicas) informaron que usaron drogas o alcohol durante su última relación sexual.

• Entre estudiantes sexualmente activos, el 25,4 % de duodécimo grado, el 24,7 % de undécimo grado, el 27,7 % de décimo grado y el 24 % del noveno grado, admitieron que usaron drogas o alcohol durante última relación sexual.

• Entre estudiantes sexualmente activos, el 17,8 % de estudiantes afroamericanos, el 24,1 % de hispanos y el 27,8 % de anglos admitieron haber usado alcohol o drogas durante su última relación sexual.

4. Límites de quedarse solo en casa

Los estudios mostraron que los adolescentes casi siempre tienen encuentros sexuales en casa después de la escuela y antes de que los padres regresen del trabajo. Pon un límite de modo que ningún amigo del sexo opuesto pueda estar en la casa cuando no hay un adulto presente. Quizá griten: «¡Seguro que están bromeando! Mamá y papá, ¿no confían en mí?». Este es el preciso momento en el que quieres que tu hijo sepa que en verdad le ama y quieres proveerle y protegerle.

Education.com informa lo siguiente[7]:

• El 75,1% de los chicos y el 59,4 % de las chicas sin supervisión por cinco horas o menos a la semana, admitieron haber tenido relaciones sexuales comparado con el 87,6 % de los chicos y el 72,5 % de las chicas sin supervisión por treinta horas o más a la semana.

• El 5,7 % de los chicos y el 15,3 % de las chicas sin supervisión por cinco horas o menos a la semana informaron tener enfermedades venéreas comparado con el 13,6 % de los chicos y el 19,5 % de las chicas sin supervisión por treinta horas o más a la semana.

• El 43 % de los chicos y el 27,9 % de las chicas informaron que tuvieron relaciones sexuales en su propia casa.

De nuevo, algunas palabras prácticas de Harvest USA:

> *El quedarse a dormir en otra casa puede ser el caballo de Troya para la exposición pornográfica o algún otro experimento sexual. Reconoce que otras familias (aun las que asisten a la iglesia) no toman tan en serio como tú los daños de la tecnología. Asegúrate de que tus hijos tengan un plan de acción claro (incluyendo llamar a casa para que vaya en su busca) si se encuentran en alguna situación riesgosa o comprometedora.*

5. Límites para el uso de la computadora, el teléfono celular, los aparatos portátiles y la Internet

Más del 50 % del acceso a la Internet ya no se realiza a través de la «computadora», sino mediante aparatos portátiles (teléfonos inteligentes, iPads, Kindles, etc.). Muchos padres exigen que la computadora esté en un lugar abierto de la casa (y no en el dormitorio), y también exigen que todos los aparatos de acceso a la Internet se coloquen en el dormitorio de los padres a la hora de dormir.

Harvest USA es un ministerio cristiano que ayuda a las iglesias y a las familias en los asuntos de ayudar a los hijos a decir «no» a la presión sexual. Señalan que los padres deben

permitir que sus adolescentes sepan que con una motivación de amor ustedes revisan lo que hacen y los peligros de la tecnología en su caminar con Dios. Denles «permiso» de usar sus descubrimientos y revisiones para vencer la presión de los compañeros. Entonces, pueden decir: «No puedo hacer eso porque mis padres lo van a descubrir». Esto quizá les ofrezca cercas de protección que en verdad desean los jóvenes cristianos [8].

En el Viejo Oeste estadounidense, ciertos establecimientos implementaron la norma de «entrega tus armas en la puerta». La norma era tener un lugar más seguro. Una joven madre tuvo una idea para proteger a su familia de manera parecida cuando los amigos de sus hijos visitaban la casa. Estableció la norma de «deja tu teléfono inteligente en la puerta». Estaba segura que los muchachos podían guardar las imágenes de pornografía en sus teléfonos y mirarlas sin la necesidad de la Internet ni de usar una memoria flash. Así que para evitar que vieran pornografía en su casa, solo recogía todo teléfono inteligente a la entrada y los devolvía cuando los muchachos se iban de la casa . . . tal como se hacía en el Viejo Oeste con las pistolas.

En cuanto al uso de las computadoras, Harvest USA nos insta a:

¡Comprar un filtro de calidad para la Internet! No es sabio tener acceso a la Internet sin tener alguna forma de bloquear y filtrar el aparato. Considera poner a cada miembro de la familia que usa la Internet, a mamá, papá y cada hijo, en un «programa de rendir cuentas» tal como Covenant Eyes que envía informes sobre correos electrónicos inapropiados a compañeros responsables. Tú necesitas ser un ejemplo al rendir cuentas en cuanto a tu propio uso y también puedes poner a tu adolescente como uno de los destinatarios de tu informe de rendición de cuentas [9].

Entiende que también hay programas con filtro disponibles para los artefactos móviles. Dimos una lista de programas de software para rendición de cuentas en el capítulo 19, pero también lo vamos a repetir aquí:

X3 Watch: pagado/gratuito	www.x3watch.com/
Total Net Guard: pagado	http://afo.net/
Bsecure: pagado	www.bsecure.com/
Net Nanny: pagado	www.netnanny.com/
Covenant eyes: pagado	http://covenanteyes.com/
K9 Web Protection: gratuito	www1.k9webprotection.com/
Safe eyes: gratuito	www.internetsafety.com/
Cyber Sitter: pagado	www.cybersitter.com/
Pure Sight: pagado	www.puresight.com/

Además:

Revisa con regularidad la historia de uso de la Internet, del teléfono celular y de los mensajes de texto instantáneos, visitas al YouTube; también examina las páginas de MySpace [y Facebook], quiénes están en la lista de amigos, y conoce a los amigos con quienes tu adolescente está jugando MMORPG [por sus siglas en inglés de los juegos de rol multijugador masivo online]. Ten cuidado de permitir el acceso a sitios como MySpace, donde los adolescentes a veces experimentan en tener una doble vida, se condicionan a sí mismos a la falsa intimidad de la Internet o encuentran su sentido de pertenencia en una comunidad virtual, excluyendo al mundo real [10].

Hay muchas otros «límites» que debes establecer en tu familia. Un límite muy crítico está relacionado con el abuso sexual, ya sea físico o verbal. En un artículo

publicado por *Health and Fitness* titulado: «La enseñanza a los hijos acerca de una sexualidad sana», muy bien explica que

> *los padres tienen un trabajo muy importante al enseñarles a los hijos a respetar el espacio individual y las partes sexuales de otros. Debe enseñarse una regla de no tocar. «Por favor, no toques a otros en sus partes sexuales». «Mantén las manos quietas». «Si alguien te toca tus partes sexuales, dímelo por favor»*[11].

Estas son las clases de límites que se deben establecer con nuestros hijos y para ellos. Dales permiso a tus hijos para decir «no» de forma enfática a cualquiera (incluso a los familiares) que quiera tocarles sus partes privadas. Enfatiza una y otra vez que no solo está bien decir «no», sino que es importante que vengan a decírtelo a ti si sucede eso.

Los límites que estableces con tus hijos y para ellos son como el paraguas del que hablamos. Cada uno es positivo y se convierte en un acto de amor para proteger a tus hijos y proveerles. Sobre todas las cosas, infórmales a tus hijos que haces lo que haces porque los amas. Puede ser que no les gusten los límites, ni comprendan tu razonamiento, pero pueden saber que lo haces porque los amas.

Capítulo 23
¿Qué tan realista es esperar que esperen?

Junto a una autopista en Los Ángeles, California, había un gran letrero que decía: «Si tienes que tener relaciones sexuales, usa un preservativo». Cuando vi (Josh) eso, me dije: ¿Qué significa: «Tienes que tener relaciones sexuales»? ¿Es la relación sexual una parte necesaria de sustentar la vida? ¿Será que una persona tiene que tener relaciones sexuales, así como tenemos que tomar agua, para vivir?

Hace unos años, una mujer llamada Dra. Ruth era muy popular en los Estados Unidos y alrededor del mundo como «una experta sexual». Se trataba de una mujer pequeña, ya mayor de edad, quien era algo brusca, a veces humorística y muy popular como oradora invitada entre los universitarios.

Durante una sesión de preguntas y respuestas en la Universidad de Cincinnati, un estudiante le preguntó: «Dra. Ruth, ¿qué si no puedes esperar?». Ella le contestó: «Joven, no es realista que esperemos que te abstengas. Tu libido es muy fuerte». La multitud rompió en un estruendoso aplauso.

A la luz de esa respuesta, considera estas preguntas: «¿Qué si mi novia no lo quiere hacer, pero yo sí quiero?». ¿Es demasiado irrealista esperar que un joven se abstenga? ¿Acaso la Dra. Ruth no dice que «el libido es muy fuerte»? De modo que si un hombre tiene la «urgencia sexual», no debemos esperar que se abstenga, ¿verdad? Entonces, ¿eso significa que tampoco es realista esperar que un violador se abstenga?

La Dra. Ruth y toda una generación de jóvenes deben darse cuenta que somos seres humanos creados a la imagen de Dios, no animales controlados por urgencias y por instintos. La participación sexual es una decisión. Estoy seguro que la Dra. Ruth y toda una serie de «expertos» estarían de acuerdo que sí es realista que un hombre espere y se restrinja a sí mismo cuando una muchacha no desea tener relaciones sexuales con él. En realidad, está obligado por ley a no imponerse sobre una mujer.

Por lo tanto, ¿es la libido de un hombre demasiado fuerte o no? A nuestros hijos se les dice que si una mujer desea tener relaciones sexuales . . . la libido de un hombre es demasiado fuerte. En cambio, ¿qué me dices si ella no quiere tener relaciones sexuales? Entonces, ¿la libido de un joven no es demasiado fuerte? ¿Confuso? Este tipo de filosofía sexual es incoherente y sencillamente no es lógica. Con este enfoque, ¿cómo podemos esperar que estos mismos jóvenes, a quienes se les dice que no pueden esperar hasta el matrimonio para tener relaciones, puedan ser fieles dentro del matrimonio? Si un hombre casado encuentra a otra mujer que desea tener relaciones sexuales con él, ¿no es poco realista que le sea fiel a su

esposa porque su libido es «demasiado fuerte»?

Necesitamos enseñarles a nuestros jóvenes que la pureza es realista y es requerida por Dios y por una sociedad moral. Debemos pensar con nuestra mentes no con nuestra pelvis. El sexo es un asunto de decisión que resulta en consecuencias, ya sean positivas o negativas.

Lakita Garth, extitular de Miss Black California, habló de las consecuencias sexuales en una entrevista:

> *Hace unos años, estuve en la presentación de un anuncio publicitario. Era un anuncio del refresco Fanta y estábamos tomando un descanso. Una muchacha, a la que no conocía, se me acercó y me preguntó:*
> *—Así que, Lakita, ¿cómo está tu vida sexual?*
> *Me quedé en una pieza de que se atreviera a hacerme tal pregunta.*
> *—Perdóneme, pero yo no tengo una vida sexual.*
> *—Entonces, háblame sobre tu última experiencia sexual —me respondió después.*
> *—Bueno —le contesté—, yo no tengo una última experiencia sexual.*
> *Se quedó tan boquiabierta que su mandíbula parecía que iba a tocar el suelo.*
> *—Yo no puedo creer que con todos los hombres con quienes has andado, no lo hayas hecho —me dijo—. ¿No sientes que te has perdido de algo?*
>
> *—¿Sabes una cosa? Tienes razón —le respondí—. Me la he perdido. He perdido la emoción de despertarme al día siguiente pensando si mi prueba de embarazo se iba a tornar azul. Me he perdido de que tenga que entrar en una clínica tomada de la mano de mi mejor amiga porque lo más seguro es que mi novio no estuviera conmigo cuando quedé embarazada, pues todo lo que deseaba era que me hiciera un aborto. Y me he perdido el sentimiento de una de mis compañeras de cuarto, quien cada año en la misma fecha "celebra", con lágrimas de arrepentimiento, a un niño que nunca nació porque se hizo un aborto.*
>
> *»Además, me he perdido que me despierte en una cama mirando al techo de un hospicio de SIDA, así como mi amigo Rod. ¡Mi buen amigo Rod pensó que él era muy hombre! Andaba allá afuera y creyó en la mentira de que todo el mundo lo hace. Cuando Rod estaba en su lecho de muerte, me rogó que nunca dejara de hacer lo que estoy haciendo ahora. Así que, ¡creo que tienes razón! ¡Me he perdido muchísimo!* [1]

Las decisiones tienen consecuencias. Cuando tus hijos deciden no tener relaciones sexuales antes del matrimonio y de permanecer fieles en el matrimonio, por fortuna solo se pierden un montón de angustias y tristezas. Así que no es irrealista esperar que nuestros jóvenes tomen las decisiones morales adecuadas. A decir verdad, necesitamos enseñarles que vivir puros en lo sexual y ser fieles es como Dios nos instruye a que vivamos. Él lo hace para proveer lo mejor para nosotros y para protegernos.

Capítulo 24

¿Cómo logro que mis hijos traten bien al sexo opuesto?

¿Te preocupa que a tantos jóvenes les falten los límites sexuales? ¿Has estado en un centro comercial y has visto cómo actúan los muchachos entre los doce y los catorce años de edad? Es como si nadie nunca les hubiera enseñado límites morales ni la manera en que un muchacho debe tratar a una muchacha. Así que, ¿cómo logras que tu hija o tu hijo maduren para tratar al sexo opuesto de manera adecuada? Porque si les puedes enseñar cómo respetar al sexo opuesto, llegarás muy lejos para ayudarlos a vivir de una manera pura en lo moral.

La forma más eficaz de comunicar esto es siendo ejemplo de amor y respeto dentro de nuestros propios matrimonios. Los muchachos observan nuestras actitudes y nuestras acciones, y aprenden cómo respetar o faltar al respeto según el trato que nos demos el uno al otro.

Esto quizá parezca extraño, pero una de las mejores maneras de enseñarle a tu hija pequeña cómo respetar y tratar al sexo opuesto es que su papá la saque en citas. Eso le ayudará a conocer qué normas se esperan en las citas en general. Esto tuvo un impacto muy positivo en nuestras propias hijas. Kelly, nuestra hija mayor, escribe:

> *Cuando era pequeña, mi papá nos llevaba a mis hermanas y a mí a citas y nos decía: «Si un muchacho no te trata de esta manera, debes alejarte de él». Nos abría la puerta, era muy cortés, hablaba con amabilidad y nos mostraba cómo un hombre debía respetar a una joven. Ahora, puedo comprender de manera más completa lo que eso significaba en verdad para mí. La salida en una cita era un tiempo para que pudiera conocer a alguien, no una ocasión en la que me sentiría presionada a hacer algo. Las citas con mi papá fueron su manera de asegurarse entre bastidores que no me sentiría presionada a hacer algo con lo que no me sentiría a gusto. Esa pequeña enseñanza me ayudó a evitar la presión y a no cruzar los límites.*

El consejero de familia y matrimonio, el Dr. Corey Allan, dice: «Si eres un padre, lleva a tu hija en citas a partir de ahora. Modela cómo actúa un hombre: sostenle la puerta para ella, habla y escúchala, vístete bien para la cita. Esto pondrá la norma bien en alto para sus citas futuras. Lo mismo es cierto para los hijos varones. Las mamás deben sacarlos y modelar como actúa una dama»[1].

Papá, dedica el tiempo para programar una cita del papá con su hija de vez en cuando. Salgan a comer una comida favorita o hagan una actividad que disfruten tu hija. Mamá, saca a tu hijo y hagan algo juntos. Modélale cómo una mujer desea que le traten. La mejor manera en la que pueden enseñarles a sus hijos cómo tratar al sexo opuesto es a través del ejemplo. Ustedes se convierten en el modelo de cómo deben actuar.

Capítulo 25

¿Qué me dicen del «sexteo» y qué puedo hacer al respecto?

El «sexteo» es una forma de enviar textos donde los usuarios de los teléfonos móviles intercambian fotografías o vídeos de naturaleza sexual gráfica.

He aquí algunas de las realidades que enfrentan las familias de hoy:

• El 75 % de los jóvenes de 12 a 17 años poseen teléfonos celulares, y el 88 % de ellos escribe y envía mensajes de texto. Los adolescentes envían un promedio de 3.146 mensajes al mes, y los niños entre 9 y 12 años envían 1.146 mensajes al mes[1]. Aunque estas estadísticas son impresionantes, no son sorprendentes. Los teléfonos celulares están como pegados a las manos de los niños en todas partes, en la escuela, en el hogar, en el centro comercial, etc. Son el medio tecnológico ideal para hacer el «sexteo». Sabías que:
• El 20 % de los adolescentes ha enviado o puesto fotografías o vídeos de ellos mismos desnudos o semidesnudos.
• El 39 % de los adolescentes ha enviado o puesto mensajes sexualmente sugestivos.

De los que han enviado o puesto mensajes provocativos:

• El 71 % de las chicas adolescentes y el 67 % de los chicos adolescentes dicen que han enviado o puesto tal contenido dirigido a un novio o novia.
• El 21 % de las chicas adolescentes y el 39 % de los chicos adolescentes dicen que han enviado ese contenido a alguien con quienes quieren salir en citas.
• El 66 % de las chicas adolescentes y el 60 % de los chicos adolescentes dicen que lo hicieron «para divertirse o coquetear».
• El 40 % de las chicas adolescentes dice que enviaron mensajes provocativos o imágenes «como una broma»[2].

Mientras los adolescentes piensan que el sexteo es solo «coqueteo divertido», desde el punto de vista legal se considera en realidad un delito grave. En los últimos años, se han procesado a numerosos adolescentes como delincuentes sexuales por enviar y recibir imágenes sexuales en sus teléfonos. Según la ley, el sexteo está creando pornografía infantil y el envío de imágenes se ve como tráfico de pornografía infantil. Los adolescentes tienden a pensar que el sexteo es una cosa privada, que nadie más lo verá, pero las imágenes pronto se distribuyen y se comparten entre sus amigos.

Entonces, ¿qué podemos hacer?

El especialista en juventud, Al Menconi, nos provee cinco ideas y sugerencias prácticas:

• Evalúa con sumo cuidado si en realidad tus hijos necesitan o no el servicio de mensajes de texto en sus celulares.

- Establece reglas de cuándo y dónde usarlos. Que no envíen mensajes de texto durante las comidas, durante las clases ni en salidas familiares. ¡Ah, y que apaguen su teléfono durante la noche!
- Que no envíen mensajes de texto cuando deberían estar concentrados en otra cosa. Esto incluye conduciendo; casi la mitad de los adolescentes admite que ha enviado textos al manejar un auto, al caminar o al tener una conversación con otra persona. En varios estados, esto va en contra de la ley.
- Establece consecuencias por el mal uso; por ejemplo: copiar en los exámenes, mensajes inapropiados, comunicación sexual, etc. Todo esto es prohibido. ¿Quieres enfatizar lo que quieres decir? Quítale el teléfono a tu hijo por una semana.
- Si sospechas que tus hijos no están enviando mensajes apropiados, siempre puedes darle un vistazo a sus mensajes. Sí, se siente como fisgonear, pero nuestra tarea como padres es asegurarnos que nuestros hijos usan las poderosas tecnologías con seguridad y responsabilidad[3].

Dios creó a los seres humanos como seres sexuales. Nuestros hijos van a expresar su sexualidad, ya sea de una manera sana o malsana. El educador sexual Logan Levkoff dice: «Los chicos están buscando maneras de expresar su sexualidad, en especial cuando se les dice: “No vayas a salir a hacerlo”. No es gran sorpresa que los adolescentes usen la tecnología para expresar su sexualidad [. . .] sin hacer nada de manera física»[4].

En vez de decirles a nuestros hijos lo que hay que hacer y lo que hay que evitar, podemos usar el tema del sexteo para entablar una conversación sobre este fenómeno. Aprovecha estas oportunidades para enseñarles a tus hijos acerca del diseño de Dios para la sexualidad. Las dos razones por las que nuestros hijos participan en el sexteo son, en primer lugar, para expresar su sexualidad y tener un sitio entre sus compañeros. En esta etapa vulnerable de la vida, anhelan que los acepten, así como todos nosotros deseamos aceptación. Cuando les enseñas a tus hijos acerca del sexo, lo guías en realidad a través de sus nuevos sentimientos sexuales. Y, mientras lo haces, ellos aprenderán a expresar esos sentimientos de una manera saludable, en lugar de expresarlos de forma inapropiada como se hace tan a menudo en la escuela, en la televisión o en la Internet.

Capítulo 26

¿Cómo ayudo a mis hijos a resistir la presión sexual?

Los adolescentes de hoy están bajo tremenda presión para entregarse a la actividad sexual antes del matrimonio. Deben comprender que Dios creó el sexo dentro del contexto de su imagen y que se debe vivir dentro del contexto de los límites; y necesitan que se les enseñen estas cosas dentro del contexto de las relaciones. Esto se analizó a fondo en los primeros cinco capítulos de este libro. Sin embargo, también es importante equipar a nuestros hijos de modo que anticipen la presión o los probables «avances» que enfrentarán.

La presión social o de los compañeros es muy fuerte en la vida de un adolescente. Los avances sexuales y las tentaciones que enfrentan nuestros hijos son muy difíciles de resistir y no sabrán cómo manejarlos si no los ven venir. En primer lugar, ayuda a que tus jóvenes entiendan estos conceptos:

- No todo el mundo «lo está haciendo», aunque lo parezca.
- Negarse a tener relaciones sexuales no los hace puritanos ni bebés. Muestra que han considerado con cuidado los beneficios y las desventajas, y han decidido que la relación sexual prematrimonial no es adecuada en lo moral ni es para su bien.
- Las relaciones sexuales no transforman a los adolescentes en adultos.
- Las relaciones sexuales nunca son evidencias ni pruebas de amor.
- Las relaciones sexuales no resuelven los problemas de una relación que está en dificultades.
- Un aumento en su autoestima le ayudará a resistir la presión de los compañeros. La presión de los compañeros no podrá influir en los adolescentes con una fuerte autoestima, como esos que buscan con desesperación la aprobación y la aceptación.
- Hay «respuestas perspicaces» que pueden usarse cuando a un joven lo presionan a que se comporte de maneras que no son para su bien.

Las siguientes respuestas a la presión pueden ser de gran ayuda para tu adolescente, si lo entrenas a decirlas palabra por palabra. Toma una o dos a la vez y hablen de ello juntos. Esto puede lograr una diferencia positiva:

Avances y respuestas perspicaces[1]

Frase de avance sexual	Respuesta
«Vamos, ¡todo el mundo lo hace!»	«No me importa. Yo no soy todo el mundo. Y, además, no todo el mundo lo hace, incluyendo algunos chicos que dicen que lo hacen y mienten».
«Si me amaras, te irías a la cama conmigo».	«Si tú me amaras, no me presionarías a hacer algo que no quiero hacer».
«Si me amaras, permitirías que . . .».	«No es una buena razón para el sexo, sino una buena razón para dejarte»[2].
«Si me amaras, me dejarías . . .».	«Si en verdad me amaras, ¡no me lo pedirías!»

«Si no lo haces, eso quiere decir que no me amas».	«Solo al decir eso muestras que no me amas».
«Si no tienes sexo conmigo, terminaré contigo».	«Si ser tu novia significa que tengo que acostarme contigo, no quiero ser tu novia».
«¿Yo no te gusto?»	«Sí, pero te respeto también. Tú eres hermosa (o guapo) y quiero llegar a conocerte mejor».
«El sexo nos acercará más».	«No, si me preocupo de quedar embarazada».
«¿Por qué no quieres tener sexo conmigo?»	«Porque no quiero». (No se necesitan más explicaciones).
«Todo el mundo lo hace».	«Entonces, no será difícil encontrar a otra persona».
«Ya hemos tenido relaciones antes, ¿por qué me estás rechazando ahora?»	«Yo tengo derecho a cambiar de opinión. Es mi cuerpo y mi vida, y quiero esperar».
«Vamos, hagámoslo. ¡Tú sabes que lo deseas!»	«No, No. ¡No! ¿Qué parte de “no” no entiendes? ¿La N . . .o la O?»
«Tus padres salieron esta noche; volvamos a tu casa».	(Usa tu carta ganadora. Échale la culpa a tu gente). «¿Regresar a mi casa? No podemos. Mis padres no me permiten que entren mis amigos cuando no están en casa».
«Vamos a tener sexo y sé un hombre».	«Ya soy un hombre».
«Déjame hacerte un hombre».	«¿Qué tiene que ver el sexo con ser un hombre?»
«Todas tus amigas lo hacen».	«Entonces sal con una de mis amigas».
«Nadie quiere casarse con una muchacha sin experiencia».	«Creo que yo voy a ser la excepción».
«Tú no sabes lo que te estás perdiendo».	«Supongo que eso hace que seamos dos».
«No lo puedo evitar».	«Si no lo puedes evitar ahora, ¿cómo será después?»
«Te amo muchísimo».	«¿Me amas lo suficiente como para esperar?»
«Eso sucede por sí solo».	«Las relaciones sexuales no ocurren por sí solas. Son una decisión moral y no lo olvides nunca».
«Es muy hermoso».	«Sí, es tan hermoso que vale la pena esperar hasta el matrimonio».
«Pero ya estamos comprometidos . . . ¿eso no cuenta?»	«Comprometidos no es matrimonio, pero el matrimonio sí es un verdadero compromiso».

Capítulo 27

¿Cómo una persona joven sexualmente activa puede tener un corazón limpio para comenzar una nueva vida?

A menudo, cuando una persona joven participa en actividades sexuales, siente culpa y vergüenza o le parece que valen muy poco. Tú tienes la oportunidad y el gran privilegio de guiarlos a experimentar el perdón, en especial de Dios.

Aunque las ofensas sexuales casi siempre ocurren entre dos personas, la principal ofensa es contra Dios. El rey David clamó en angustia a Dios: «Contra ti y sólo contra ti he pecado; he hecho lo que es malo ante tus ojos» (Salmo 51:4). ¿Por qué David diría esto, y cuál fue su pecado?

Dios es bondadoso para darnos ejemplos a través de la Biblia de personas piadosas que se equivocaron de manera *extrema*. David era «un hombre conforme al corazón de Dios», pero cometió adulterio con una mujer llamada Betsabé, la embarazó y después hizo que mataran a su esposo en el frente de batalla. Aunque David pecó contra Betsabé y su esposo, a fin de cuentas pecó contra Dios. ¿Por qué?

Dios nos creó para sí mismo, para vivir en perfecta armonía con Él, para obedecer sus mandamientos y para gozarnos con Él a través de la confianza y la obediencia a Él. Y por eso, cuando pecamos, nos da convicción en nuestros corazones. La gracia de Dios nos deja sentir culpa y vergüenza cuando pecamos, porque nos lleva a buscar el perdón, el cual nos lo da con mucho gusto. La Biblia dice: «Si confesamos nuestros pecados, Él es fiel y justo para perdonarnos los pecados y para limpiarnos de toda maldad (1 Juan 1:9, LBLA).

Es verdad que todos merecemos el castigo por nuestros pecados, pero la Biblia dice que «[Dios] no nos castiga por todos nuestros pecados; no nos trata con la severidad que merecemos. Pues su amor inagotable hacia los que le temen es tan inmenso como la altura de los cielos sobre la tierra. Llevó nuestros pecados tan lejos de nosotros como está el oriente del occidente» (Salmo 103:10-12). ¿Por qué dijo David «tan lejos de nosotros como está el oriente del occidente» en vez de «tan lejos de nosotros como está el norte del sur»? De oriente a occidente es una expresión hebrea para infinito. Tú puedes medir la distancia entre el norte y el sur (hay un polo norte y un polo sur), pero no puedes medir la distancia entre el oriente y el occidente. Si viajas hacia el oriente o hacia el occidente, lo harás por la eternidad. Este es el hermoso cuadro que debemos pintarle a nuestro joven acerca del perdón de Dios. Dile que Dios siempre está listo y dispuesto para perdonar.

Una vez que se establece la atmósfera de gracia, puedes caminar con tu hijo a través de los siete pasos siguientes a fin de experimentar el perdón que está a su disposición.

1. Llámalo pecado. El primer paso hacia el perdón es llamar su comportamiento por su nombre adecuado: pecado. Ayuda a tu hijo a que se dé cuenta que fue pecado, algo que se hizo fuera de la voluntad de Dios. El reconocimiento de que algo es pecado es un prerrequisito para la confesión.

2. Confiesa el pecado. La Biblia dice: «Si *confesamos* nuestros pecados, Él es fiel y justo para perdonarnos los pecados y para limpiarnos de toda maldad (1 Juan 1:9, LBLA). ¿Qué significa confesar nuestros pecados? Significa estar de acuerdo con Dios en dos cosas: Primero, le estamos diciendo a Dios: «Sí, es pecado». En segundo lugar, estamos reconociendo que Dios es justo para perdonar nuestros pecados.

3. Reconoce el perdón de Dios. ¿Alguna vez has escuchado que algunos admiten su pecado, lo confiesan con fidelidad, pero después se van desalentados, dudando que Dios en verdad les haya perdonado por lo que hicieron? El reconocimiento y la aceptación del perdón de Dios es un paso crucial que deben dar nuestros hijos. ¿Cómo pueden perdonarse a sí mismos si no creen que Dios los perdonó?

Para muchos jóvenes sexualmente activos, este es el paso difícil. A pesar de la promesa de Dios en 1 Juan 1:9 de perdonarnos todos nuestros pecados, muchas veces a los jóvenes que han experimentado el sexo fuera del matrimonio se les hace difícil creer en esa promesa. Se sienten despreciables, usados e indignos del amor de Dios.

Ayuda a tus jóvenes a darse cuenta que ninguno de nosotros merece el perdón basado en alguna de nuestras acciones o de nuestros sentimientos. La base para nuestro perdón no está en el nivel de nuestro pecado ni de nuestros sentimientos al respecto. La base para el perdón está en el sacrificio de Cristo. Dios sabía que pecaríamos. Por lo tanto, Él proveyó a su Hijo, Jesucristo, a fin de que se hiciera carne y fuera a la cruz. En esa cruz, declaró: «Consumado es», y después de su resurrección se hizo todo lo que era necesario para que recibiéramos el perdón. Cuando nuestros hijos aceptan el perdón de Dios por su pecado sexual, están de acuerdo que la gracia de Dios, mostrada en la muerte y la resurrección de Cristo, es el pago suficiente por su pecado.

4. Perdónate a ti mismo. Muchas veces las personas confiesan su pecado y se dan cuenta que Dios las perdonó, pero no se perdonan a sí mismas. Quizá nuestros hijos hagan la misma cosa. Después del pecado sexual, empiezan a caminar por la vida con una culpa que no es de Dios. Se ha producido sola.

Dentro del amoroso ambiente del perdón que hemos establecido, debemos recordarles a nuestros hijos el perdón de Cristo. Ayúdales a que reconozcan que tal vez la culpa que estén experimentando sea una falsa culpa o de condenación propia. Esto solo lo podemos vencer con un corazón lleno de gratitud. Guía a tu hijo en alabanzas y gratitud a Dios por su amoroso perdón. Un corazón agradecido puede recibir la gracia de Dios hasta el punto de quitar nuestro sentido de condenación

propia.

5. Pon de manifiesto el fruto del arrepentimiento. Casi nunca escuchas a alguien hablar acerca de este quinto paso. Sin embargo, es uno de los más importantes para experimentar el perdón de Dios y tener relaciones renovadas, sobre todo en el aspecto sexual. La Biblia dice: «Demuestren con su forma de vivir que se han arrepentido» (Mateo 3:8). Debemos animar a nuestros hijos, no solo a dar el paso de aceptar por completo el perdón por su pecado sexual, sino de tomar decisiones diarias que le impidan volver a él. El arrepentimiento es un acto de la voluntad, no solo de dejar el pecado, sino de dar pasos activos hacia una relación positiva con Dios y con otros.

6. Busca a alguien a quien rendirle cuentas. Cada uno de nosotros debe tener otra persona que nos ame en Cristo, en quien confiamos, quien puede ver si hay inmoralidad sexual o impureza en nuestra vida y a la que podamos rendirle cuentas. Nos necesitamos el uno al otro. Si es una chica, que sea a otra chica; si es un chico, que sea a otro chico; las personas que tengan una relación con Cristo pueden rendirse cuentas entre sí.

Anima a tu hijo a que tenga a alguien a quien le rinda cuentas. Si no eres tú, anímale para que escoja a alguien que sea fuerte en su fe para que sea ese compañero a quien deba rendirle cuentas.

7. Ve a ver a la otra persona y pídele perdón. Siempre que nos llegamos a involucrar de manera física con alguien fuera de los límites del matrimonio, también pecamos contra esa persona. Anima a tu joven para que vaya a esa otra persona y le pida perdón por lo que sucedió. Esto puede traer sanidad a esa relación y ponerla en un nivel más alto y más puro, donde debe estar.

Dios nos da convicción de nuestro pecado a nosotros y a nuestros hijos, porque nos ama. Como padres, cuando nuestros hijos pecan, tenemos la oportunidad de ministrarles al caminar con ellos a través de los pasos del perdón.

Capítulo 28

La mayoría de los jóvenes no cree que el sexo oral sea tener relaciones sexuales. ¿Cómo puedo corregir su error?

Hay mucha confusión acerca del tema del acto sexual oral. ¿En verdad se le considera como una relación sexual? ¿Por qué los muchachos se involucran en esto? ¿Eres virgen aún si participas del sexo oral? ¿Puedes adquirir una enfermedad de transmisión sexual si lo practicas? ¿Qué dice la Biblia al respecto? ¿Qué pueden hacer los padres en cuanto a esto? Vamos a responder estas preguntas.

¿Qué es el sexo oral?

El diccionario define la relación sexual como «un fenómeno de motivación o comportamiento sexual». Cualquier cosa que involucre un órgano sexual es una relación sexual. ¿Será que el sexo oral trae como resultado despertamiento, estimulación y gratificación de los órganos sexuales? La respuesta es sí. Tu cuerpo reacciona al sexo oral de la misma manera que reacciona al acto sexual mismo. Tus hormonas se despiertan, tus órganos sexuales responden, tu cerebro es lavado en neuroquímicos que funcionan como pegamento que te une a tu pareja y recibes un impacto de dopamina que te hace desear más de ese comportamiento. Tu cuerpo piensa que eso es una relación sexual, tu cerebro cree que es relación sexual y tu corazón piensa que es relación sexual. Los siguientes tipos de contacto físico se les consideran relación sexual porque provocan tanto una reacción física como química en tu cuerpo.

1. oral genital (sexo oral)
2. genital-manual (tocar los órganos sexuales)
3. genital-genital
4. penetración

Todas estas situaciones crean un lazo entre los participantes y pone a la persona en riesgo de infección de una enfermedad venérea. Si una persona participa en una de estas cuatro actividades, se le considera sexualmente activa.

¿Qué creen los jóvenes acerca del sexo oral?

- Cuatro de cada cinco estudiantes no creen en los problemas de la actividad sexual[1].
- El 80 % de los jóvenes adultos de hoy no cree que al sexo oral se le debe considerar como «tener relaciones sexuales»[2].
- La mitad de todos los adolescentes de 15 a 17 años no cree que el sexo oral es tener «relaciones sexuales»[3].

• Los chicos piensan que el sexo oral es una manera segura de gozar de algunos de los beneficios del sexo vaginal con menos riesgo de sentirse culpables, tener una mala reputación o ir en contra de sus propios valores y creencias[4].
• El 40 % de los adolescentes considera que el sexo oral «es más seguro», mientras que el 20 % de los adolescentes no sabe que las enfermedades de transmisión sexual pueden contraerse mediante el sexo oral[5].

¿Cuántos jóvenes participan del sexo oral?

• El 36 % de los adolescentes de 15 a 17 años admite haber realizado sexo oral. Estos números aumentan entre los adolescentes y los jóvenes adultos de los 15 a los 24 años[6].
• Cerca del 75 % de los adolescentes de los 15 a los 17 años de edad que ha realizado la penetración, también ha practicado el sexo oral, mientras que el 13 % de los adolescentes entre los 15 y 17 años que nunca ha realizado la penetración ha participado del sexo oral[7].
• Casi el 25 % de los estudiantes de décimo grado en un distrito escolar de Nueva Inglaterra declaró que ha tenido múltiples parejas[8].

¿Por qué los chicos practican el sexo oral?

• Los estudiantes sienten la tentación de practicar el sexo oral debido a la presión de sus compañeros. Más del 92 % de los adolescentes piensa que ser virgen en la escuela secundaria es bueno[9]. Sin embargo, a los ojos de muchos adolescentes, pueden practicar el sexo oral y seguir siendo vírgenes. Una cuarta parte de los adolescentes activos sexualmente declara participar en el sexo oral como una estrategia para evitar la penetración[10].
• El sexo oral se ha convertido en algo tan común entre los adolescentes que muchos lo consideran «manosear». Es innegable que la presión de los compañeros representa un papel decisivo. Los varones a menudo son los iniciadores del sexo oral, pero cada vez más chicas están dispuestas a hacerlo. Las chicas que tienen una baja autoestima, a menudo participan en el sexo oral solo para mantenerse en el grupo o para evitar que las dejen los chicos.

¿Se pueden contraer enfermedades venéreas mediante el sexo oral?

• El sexo oral se ha asociado con gonorrea, sífilis, herpes y VPH (Virus del papiloma humano)[11].
• Si en el curso de su vida una persona ha practicado el sexo oral con cinco o más personas, su posibilidad de adquirir cáncer de la garganta aumentan en un 250 %[12]. Ese riesgo aumenta a 450 % para las personas que hayan practicado el sexo oral con más de seis personas[13].
• El haber tenido una infección oral de VPH hace que una persona sea 3.200 % más probable que desarrolle cáncer de garganta[14].

Como padres, ¿qué pueden hacer?

Primero, explícales con claridad a tus hijos lo que es el sexo oral. Edúcalos acerca de los riesgos de salud asociados con el sexo oral y haz que sepan los efectos de largo alcance en su reputación y su autoestima. Es muy importante comprender la cultura de la juventud y conocer el mundo en el que viven tus hijos cada día. Las tentaciones y las presiones son muchas para que participen en el sexo

oral. Hay consecuencias duraderas en la participación del sexo oral, y la decisión de participar en esto como una alternativa para el coito hará que no se borren de la mente esos encuentros sexuales que estarán pegados para siempre en su cerebro.

El diseño de Dios para nosotros es que no seamos sexualmente activos mientras «preservamos nuestra virginidad». De nuevo, explícales a tus hijos las razones por las que Dios creó la relación sexual y su función y propósito tal como se explicó en la primera sección de este libro. En Efesios, Pablo dice: «Entre ustedes ni siquiera debe mencionarse la inmoralidad sexual, ni ninguna clase de impureza [. . .] porque eso no es propio del pueblo santo de Dios» (Efesios 5:3, nvi). Dios no nos da permiso para participar en *algunas* actividades sexuales fuera del matrimonio mientras que evitamos otras. Nos llama a huir de toda inmoralidad sexual., y su motivación es protegernos y proveer para nosotros la oportunidad para la intimidad y las relaciones sexuales máximas dentro del matrimonio.

Capítulo 29

¿Cómo una autoestima sana protege a mis hijos de las relaciones prematrimoniales?

A continuación están las perspectivas de dos adolescentes:

> *Yo recurrí al sexo fuera del matrimonio para lidiar con mi falta de autoestima. Cada vez me probaba a mí mismo que yo era un hombre y me equipaba de buenas historias para el vestidor de hombres.*
>
> *Yo buscaba la atención femenina como prueba de mi valía como hombre. La atención que recibía de parte de una jovencita se convirtió en la medida de mi propia valía.*

Aunque estas dos declaraciones son de hombres jóvenes, las muchachas jóvenes con baja autoestima cuentan historias similares. Se involucran de manera sexual para «probar» su valía, para «probar» que pueden agradar a otra persona, para «probar» que son atractivas para el sexo opuesto y para reforzar su autoestima al tener experiencias que describirles a sus compañeras.

Otros jóvenes, sin embargo, participan de la actividad sexual como una manera de reforzar su baja autoestima. Tendemos a actuar en armonía de cómo nos vemos a nosotros mismos. El concepto que tenemos de nosotros mismos es como un juego de lentes a través de los cuales vemos la vida. Basados en lo que vemos a través de esos lentes, tomamos decisiones en cuanto a lo que pensamos y a cómo actuamos.

Si una chica adolescente, por ejemplo, tiene baja autoestima y se siente presionada a participar sexualmente, cuando mire a través de esos lentes distorsionados, le resulta fácil pensar: *De todas maneras, yo no valgo mucho; entonces, ¿qué importancia tiene esto? Eso es lo que hacen las personas malas*.

Pronto la jovencita estará actuando según la baja opinión que tiene de sí misma.

Estamos viviendo en una cultura que le enseña a una niña que es tan buena como se ve, cuando la comparan con las hermosas mujeres que están en las portadas de las revistas. Esa conciencia propia inflada en cuanto a la imagen corporal, no solo se les impone a nuestras hijas, sino también a nuestros hijos. Rob Jackson, el especialista en la juventud de Enfoque en la Familia, nos recuerda que, como padres:

> *Tenemos el poder de afirmar la valía inmutable de nuestros hijos debido a lo que Dios el Padre sacrificó en su favor: la vida de Jesucristo. El desempeño de nuestros hijos y la aprobación de otros ya no deberán ser la regla para la valía de sus vidas. El desempeño de Cristo en favor de nuestros hijos, y la aprobación del Padre de ese hijo que acepta a Cristo, confirman el valor que debe adquirirse no solo de manera intelectual, sino también emocional*[1].

Nuestros hijos son especiales, no debido a que hicieran algo espectacular ni a que lo estén haciendo, sino a que Dios los creó con un propósito. Cuando los padres modelan este valor basado en Dios, produce un impacto positivo en la autoestima del hijo.

La campaña nacional para prevenir los embarazos entre adolescentes informa que «los padres y los miembros de la familia no tienen opción en cuanto a su influencia en ayudar a desarrollar la autoestima de sus hijos y familiares. Su única opción es si lo hacen bien o mal»[2]. Los estudios muestran que cuando los hijos se sienten valorados por su familia, «se reduce el riesgo de una seria depresión al llegar a los dieciocho años»[3]. Además, sentirse valorado a los nueve años de edad «prevé de manera positiva la autoestima y reduce el riesgo de depresión (sobre todo en los varones), el abuso o la dependencia de drogas, los pensamientos suicidas, los problemas interpersonales, la introversión y el comportamiento ansioso depresivo y comportamiento agresivo y delincuencial»[4].

Elogia a tus hijos por ser personas muy valiosas. Exprésales que Dios los valora también. Diles a menudo las siguientes verdades de Dios para ellos. Diles: «Tú eres especial y de gran valor, porque Dios dice que:

- tú eres amado (Juan 3:16),
- tú eres hijo de Dios (Juan 1:12),
- tú eres escogido (Efesios 1:4),
- tú eres perdonado (Efesios 1:7),
- tú eres su obra maestra (Efesios 2:10),
- tú eres su amigo (Juan 15:15), y
- tú estás protegido por Él (1 Juan 5:18)».

En una cultura donde se desconoce la verdad, donde la razón ha opacado a la fe y donde la ciencia naturalista se ha convertido en la única y aparente base de la realidad, los hijos más que nunca necesitan confiar en la realidad inmutable de que Dios es su Creador y que Él los ama y acepta sin condiciones. Nuestros hijos están tentados a poner su valía en lo que piensan de ellos sus compañeros, en sus calificaciones, en su experiencia y en sus talentos y habilidades. Sin embargo, tú tienes la mejor influencia en la vida de tus hijos. Diles a menudo que piensas lo mejor de ellos y recuérdales que Dios los ama y son especiales para Él.

La relación que tienes con tus hijos es una de las claves más importantes para ayudarles a decir «no» a las actividades sexuales. Si la relación es buena, y si en verdad te conectas con ellos en amor, es muy probable que tus hijos tengan una autoestima saludable y que se hayan dado cuenta que los límites que les has puesto están allí porque los amas y quieres proveer para ellos. Cuando instruyes a tus hijos dentro del contexto de una relación de amor, les estás ayudando a desarrollar una autoestima sana y les estás dando más fortaleza para mantenerse firmes en medio de una cultura destructiva.

Capítulo 30

Seis maneras para convertirse en padres sabios que hablan con sus hijos acerca del sexo

No es fácil la crianza de tus hijos en el mundo de hoy para que puedan resistir la presión sexual. En este libro, te hemos dado algunos consejos y estrategias para lograr justo eso y esperamos que los hayas encontrado valiosos. Además, tal como señalamos en la primera sección, la relación que tengas con tus hijos es la clave. La manera en que interactúas con tus hijos es tan importante, si no más, como en qué interactúan. Por lo tanto, para terminar nuestro viaje juntos, quisiéramos proveerte seis formas de llegar a ser un padre más sabio y más eficiente al ayudar a tus hijos a experimentar su vida sexual de acuerdo a cómo se las diseñó Dios para que las experimentaran.

Como padres, podemos decirte que estas seis pautas nos han dado resultado a nosotros y hemos visto lo eficaces que han sido para otros.

1. Sean padres a quienes se les pueda preguntar

Aunque esto quizá haga que se nos revuelva el estómago, es importante estar disponibles para cualquier pregunta que te hagan tus hijos. Si tus hijos te hacen preguntas, tú estás en la posición de guiarles. La clave aquí es mantener la calma como sea posible ante cualquier pregunta que hagan tus hijos. Sé siempre sincero con tus respuestas.

Por ejemplo, cuando nuestra hija Katie tenía trece años de edad, la llevé (Josh) a ella y a su amiga Sara a dar un paseo por las montañas. Al mirar por el espejo retrovisor al asiento trasero, me di cuenta que cuchicheaban y me miraban de vez en cuando. Ya sabía que algo inesperado iba a suceder.

Así fue, Katie se pasó al asiento del frente y Sara metió su cabeza entre los dos asientos delanteros. Luego, Katie dijo:

—Papá, tengo una pregunta. No es gran cosa.

¡Eso me hizo pensar que sí *iba* a ser una gran cosa!

—Papá, ¿qué es el sexo oral?

¡Por poco me salgo del camino! ¡Solo estaba en octavo grado! Me tomó por sorpresa . . . pero no podía demostrárselo. Así que le dije con exactitud lo que era. Cuando terminé, exclamó:

—¡Qué vulgar! —y saltó de nuevo al asiento trasero con Sara.

Ahora, me preocupé pensando en que, más tarde ese día, esta conversación llegaría a oídos de la mamá de Sara. Un segundo después que llegué a casa le dije a Dottie lo sucedido. Después, llamé a la mamá de Sara y le expliqué cómo surgió esa conversación y todo lo que dije. Hubo un largo silencio proveniente del otro lado

del teléfono, mientras yo pensaba: *¡Ay no, le dije demasiado a la hija de otra persona!* Entonces, escuché un gran suspiro, y ella dijo: «¡Gracias a Dios que le preguntaron a usted!».

Sé un padre a quien le puedan preguntar. Infórmales a tus hijos que pueden hablar contigo acerca de cualquier cosa y a cualquier hora. Aun si te sientes incómodo con las preguntas, procura que tus hijos no lo perciban. Si sienten que estás incómodo, pensarán que el tema es tabú. Sin embargo, cuando sienten que eres un padre a quien se le puede preguntar, tendrás la maravillosa oportunidad de ser el primero en guiarlos y dirigirlos en su comprensión del sexo según lo diseñó Dios.

2. Sean padres que escuchen

Cuando escuchamos con atención a nuestros hijos, eso les dice que son importantes y que deseamos escuchar lo que nos tienen que decir. Tú no podrás ser un buen padre «a quien se le pueden hacer preguntas», si no eres un buen «oyente».

Para enfatizarle a tu hijo que eres un buen oyente, trata de hacer un alto a lo que estés haciendo y mírale directamente a los ojos. No siempre podrás hacer eso, pero cuando lo haces, le comunicas que estás escuchando y que lo que va a decir es importante para ti.

Muchos padres nos dicen que quieren ser buenos oyentes, pero sus hijos casi no hablan con ellos. Aquí es donde tus preguntas pueden hacer que hablen. Hacerles preguntas a tus hijos puede

- mostrarles que los respetas y confirmarles que valoras sus aportaciones
- te permite saber lo mucho que saben o no saben acerca del tema
- ayudarte a ver si tienen el conocimiento exacto
- ayudarle a aclarar sus declaraciones o temas de conversación
- darte tiempo para formular una respuesta
- ayudarte a evaluar la madurez de tu hijo.

Las siguientes preguntas son algunas de las típicas que pueden guiarte a través de las conversaciones con tu hijo.

1. ¿Alguna vez has visto algo en línea que te hizo sentir incómodo o curioso?
2. ¿Cómo sucedió eso? ¿Cómo te hizo sentir?
3. ¿Algunos de tus amigos han tenido acceso a la pornografía de forma accidental o intencional?
4. ¿Qué piensas acerca de . . .?
5. ¿Qué has escuchado acerca de . . .?
6. ¿Puedes decirme qué es lo que ya sabes sobre . . .?

Las preguntas sencillas como estas pueden abrir un diálogo entre tu hijo y tú, y en ese momento puedes demostrarle que eres un buen oyente.

3. Sean padres con valores

Tal como citamos en el capítulo 4, las relaciones son el terreno fértil donde se desarrollan las creencias de tus jóvenes y donde se forman los valores que conducen a sus acciones. Tus hijos toman decisiones acerca de su comportamiento sexual basados en sus valores. Y, en gran medida, obtienen su primer sistema de valores de ti. Por eso es que es muy importante que seas un padre con valores bíblicos sólidos.

Los *valores* son solo reglas personales en las que basamos nuestras decisiones, actitudes y acciones. Como padre, tienes la responsabilidad y la mejor oportunidad, más que ninguna otra persona, de impartirles tus valores a tus hijos.

Un caso de estudio mostró que el «veintiséis por ciento de los adolescentes dijo que la principal razón por la que no participan en actividades sexuales es a causa de la religión, la moral y los valores»[1].

Al escribir *The Most Effective Deterrent*, Glenn Stanton refuerza el poder de pasarles tus valores a tus hijos:

> *Los valores permisivos de los padres, en cuanto al comportamiento sexual del adolescente, emergió como un fuerte factor de riesgo tanto para hombres como para mujeres. Sin sorprendernos, los adolescentes que percibían que sus padres aceptaban la actividad sexual de los adolescentes fuera del matrimonio, eran más propensos a experimentar actividades sexuales* [2].

En una encuesta representativa a nivel nacional, «el sesenta y cuatro por ciento de los adolescentes relató que la moral y los valores son igual de importantes que la información y los servicios de la salud para influir en el comportamiento sexual. Cerca de una cuarta parte de los adolescentes, el veintitrés por ciento dijo que la moral y los valores son de gran influencia»[3].

Dedica el tiempo para hacer una lista de los principales valores que tienes en cuanto a las relaciones sexuales. Para ayudarte a confeccionar tu propia lista, pregúntate lo siguiente y escribe tus respuestas.

1. ¿Cuáles son los valores que tengo respecto al sexo que mi hijo necesita saber?
2. ¿Por qué creo que son ciertos?
3. ¿Qué beneficios pueden traer estos valores a mi vida?
4. ¿Qué diferencia pueden hacer estos valores en la vida de mi hijo?

La siguiente lista es solo una que contiene aspectos de los posibles valores a considerar. Es probable que esta lista te dé ideas a ti y a tu familia:

- relación sexual en el matrimonio
- los hijos son regalos del Señor
- creados a la imagen de Dios
- amistad
- lealtad
- Dios es amor
- ámense los unos a los otros
- amor a las personas en vez de amor a las cosas
- respeto
- integridad

- pureza
- fidelidad
- la Biblia es la verdad de Dios para nosotros
- la relación sexual es hermosa
- comportamiento
- noviazgo
- cómo nos vestimos
- sinceridad
- honradez
- relaciones
- embarazo
- matrimonio
- reverencia
- boda

Una vez que identifiques tus principales valores, dedica un tiempo para que en forma natural y casual se los comente a tus hijos.

4. Sean padres que entablen amistad con los amigos de sus hijos

Como a las cinco y media de la tarde empezaron a llegar todos. Tenía (Dottie) como siete años y me había propuesto tener una fiesta especial. El único problema es que se me había olvidado mencionárselo a mi mamá. En vez de enojarse o enviar a los niños de regreso a sus casas, puso la mesa con mucho entusiasmo y abrió unas cajas de macarrones, unas latas de guisantes y otras de fruta. Era todo lo que tenía en la alacena, ¡pero tuvimos una fiesta y una gran celebración! Como siempre, ella se enfocó en cada niño que vino a mi fiesta. Hizo que cada uno se sintiera acogido y muy especial. Mi mamá trató de conocer a cada uno de mis amigos, ya fuera conveniente para ella o no. Esto produjo una fuerte impresión en sus vidas, así como en la mía. En realidad, mi mamá se convirtió en la heroína de mis amigos.

Recuerda tu niñez. ¿Cuál de los padres de tus amigos disfrutaste más? ¿Por qué los disfrutaste? ¿Qué influencia tuvieron en ti?

Recuerdo de manera específica a dos de las madres de mis amigas que tuvieron impacto en mi vida, uno negativo y el otro positivo.

Cuando estaba en la escuela primaria, había una amiga muy cercana. Ella y yo cursamos juntas desde el primer grado hasta el séptimo. Estábamos en los mismos clubes de niñas, tomamos lecciones de animadoras juntas, clases de natación, clases de costura y cosas por el estilo. Después del séptimo grado, nos mudamos a otra ciudad. La fui a visitar después cuando estábamos en el noveno grado.

Recuerdo con claridad que corrí hacia la puerta de su casa después de haber estado ausente por todo un año. Su madre, sin embargo, abrió la puerta antes de que llegara mi amiga, así que estuve hablando con ella un rato. No recuerdo muy bien el principio de esa conversación, excepto que le pregunté si había tenido un buen año mientras estuve ausente. Me dijo que sí, y siguió diciendo que «por primera vez», ella y su esposo habían disfrutado el tener a los amigos de su hija en su casa. Enfatizó que a ellos «nunca» antes les habían caído bien los amigos de su hija y siguió explicando que a ellos les habían gustado mucho sus nuevos amigos este año.

Recuerdo que me sentí muy mal. Me sentí tan apenada y dolida que deseaba desaparecer de la escena. ¡Por siete años yo fui huésped en esa casa! ¿Por qué me

dijo eso? ¡Nunca lo sabré! Fue humillante y doloroso. Hasta el día de hoy, cuando pienso en ella, esa declaración es el recuerdo más vívido que tengo de su persona. A menudo me he preguntado qué fue lo que hice todos esos años al estar con su hija que la llevó a decirme algo tan cruel.

Por otro lado, estuvo la madre de una de mis amigas que vivía en la misma calle que yo y que era muy afectuosa conmigo. ¡Era obvio! Cuando iba a tener un recital de danza, ella era la que venía a mi casa a rizarme el cabello. Luego, asistía al recital y tomaba fotos. Cuando pienso en ella, recuerdo que me hacía sentir muy especial y que expresaba felicidad siempre que yo iba a su casa. ¡Qué contraste!

¿Cómo quieres que te recuerden los amigos de tus hijos? Trata de participar en las vidas de los amigos de tus hijos y decide tener un impacto positivo. Cuando lo hagas, puedes

1. hacerles sentir a tus hijos que las personas que son importantes para ellos son importantes para ti
2. ayudarte a comprender quién está influyendo en tu hijo
3. ponerte en una posición donde tus hijos y sus amigos desearán comunicarse contigo y escuchar tus opiniones, lo cual es muy probable que reduzca la presión negativa que sus amigos ejercen sobre tus hijos

Nuestra hija menor, Heather, iba a ir a un juego de fútbol con un joven a quien yo (Josh) no conocía. Le mencioné mis dudas al respecto y me contestó: «Relájate, papá. Él te respeta tanto que no haría nada que tú no aprobaras».

Sé un héroe para tus hijos. A veces no se requiere mucho para alcanzar ese punto porque la mayoría de los chicos no espera que los padres de sus amigos les presten atención. Siempre dedicaba (Josh) tiempo para hablar con los amigos que nuestros hijos traían a la casa. Me les presentaba, me sentaba y les dedicaba tiempo para decirles que a mí me interesaba quiénes eran, lo que les gustaba y la alegría que sentía cuando estaban de visita.

Asimismo, trataba de conocer a los muchachos de cualquier deporte en el que participaban mis hijos. Les aseguraba que estaría animándolos en el juego y hasta les daba algunas sugerencias acerca del mismo, si es que tenía experiencia en ese deporte. Esta clase de impacto de héroe tendrá un efecto directo en tus propios hijos y en tu relación con los amigos de tus hijos también.

5. Sean padres que se comuniquen con otros padres

El establecimiento de conexiones con otros padres te da la oportunidad de aprender de su conocimiento. Al relacionarte con personas que piensan como tú, que tienen intereses, experiencias y metas parecidas a las tuyas, podrás obtener consejos de cómo criar a tus propios hijos. Algunos de los mayores conocimientos prácticos y sabiduría vienen de otros padres que tienen hijos de la misma edad o solo un poco mayores que los tuyos, aun de padres que ya criaron a sus propios hijos. Puedes encontrar ánimo, ideas para ser un buen padre, hallar compañeros para tus hijos, materiales educativos sobre los deportes o sugerencias para

divertirse, así como consejos de disciplina, asuntos de salud y educación sobre el tema sexual.

Cuando me convertí en mamá (Dottie), una de mis amigas más cercanas tenía cinco niños. Yo observaba cada movimiento que hacía ella. Era una madre increíble. Como sus hijos eran mayores que los míos, la consultaba en cada etapa de mi vida. Era de constante ánimo para mí. Me daba consejos sobre lo que era importante y lo que no lo era en realidad. ¡Hasta el día de hoy le estoy agradecida! Encontrar a otros padres en los que puedes confiar es como descubrir un cofre rebosante de joyas invaluables.

Existe un sinnúmero de organizaciones con las cuales puedes relacionarte. Para las madres de preescolares, sugiero a *MOPS International* que se encuentra en www.MOPS.com. Su objetivo es ayudar a resolver las necesidades de las madres y de los preescolares, desde que nacen hasta que pasan a la guardería. Tres de nuestras hijas han encontrado esto muy útil.

Mi hija menor recomienda a *Stroller Strides* (www.strollerstrides.com), un programa de ejercicios para mamás y bebés. Para los padres que buscan lugares dónde conocer a otras mamás y poner en práctica deportes y ejercicios físicos en un ambiente divertido y seguro, tanto *The Little Gym* (www.littlegym.org) como *Mommy and Me* (www. mommyandme.com) son grupos que nuestras hijas han disfrutado con sus hijos.

Otro excelente recurso es un grupo llamado *Moms in Prayer Internacional* (antes era «Moms in Touch»; visita www.momsintouch.org). Su misión es producir un impacto mundial para Cristo en los niños y en las escuelas al unir a las madres para orar.

Estamos convencidos que hay fortaleza en los números, así que al establecer redes de contacto social con otros padres que tienen los mismos valores, pueden surgir ideas y puede ser de gran ayuda esto de dar y recibir métodos de enseñanza (sobre todo en el aspecto de la educación sexual). Seamos realistas. Se necesita valor para hablar con los hijos acerca del sexo. No hemos conocido a papás que no hayan temblado con solo pensarlo y que no se hayan preguntado con exactitud qué decir y cómo decirlo. Por eso es que el establecimiento de redes de contacto social es tan importante.

6. Sean padres que sueñen junto con sus hijos

La escritora sobre la crianza de los hijos y la salud de los niños, Laura Flynn McCarthy, escribió un artículo en la revista *Family Circle* y dijo: «Los hijos que sienten que tienen un futuro prometedor, son los más comprometidos a prevenir embarazos [. . .] La esperanza es su mejor anticonceptivo»[4].

Dios le dijo al pueblo de Israel: «Yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes [. . .] planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una

esperanza» (Jeremías 29:11, nvi). Dios era el campeón de su pueblo. Les hacía sentir especiales y los motivaba a vivir según sus expectativas.

Cuando motivamos a nuestros hijos a ser campeones y soñamos sus sueños, se les eleva a un nuevo nivel de esperanza y terminan deseando vivir para lograr metas altas. El rey Salomón dijo: «La esperanza postergada aflige al corazón, pero un sueño cumplido es un árbol de vida» (Proverbios 13:12).

En mi niñez (Dottie), mi héroe en la vida era Peter Pan. La historia de Peter Pan es una hermosa historia de un niño que nunca crece. Desde luego, una de las cosas grandiosas de Peter era que podía volar. En la historia, de seguro que lo recuerdas, hay un personaje encantador, una pequeña hada llamada Campanita. Una de las asombrosas capacidades de Campanita era que podía rociar polvo mágico de hadas en las personas y les daba la capacidad de volar como Peter Pan.

Siendo una niña, esta historia me dejaba sin aliento. Atrapaba mi corazón y mi imaginación, y la escuchaba una y otra vez. ¡Soñaba con ella, hablaba de ella, cantaba sus canciones y la vivía! Cada vez que pensaba en el niño que podía volar, me sentía inspirada y fortalecida.

Cuando tenía unos cinco años de edad, recuerdo con claridad que bajaba al sótano de mi casa y me encontraba allí al lado de la lavadora de ropa una enorme caja de detergente llamado *Ivory Snow*. Cada gránulo de este jabón tenía la forma de un copo de nieve. De pronto, tuve una idea genial.

Podía revivir la escena en el cuento donde Campanita rociaba el polvo mágico de las hadas en Wendy, Miguel y Juan para que pudieran volar como Peter Pan. ¡Qué brillante idea! Así que con gran deleite y pasión, tomé puñados y puñados de *Ivory Snow*, el cual para mí se había convertido en polvo de hadas y lo regué por todo el piso del sótano. Ahora, después de muchos años, todavía puedo recordar el regocijo de esa experiencia. Fue un momento inolvidable. Cuando terminé, ¡todo el piso del sótano estaba cubierto de jabón!

Unos cuantos minutos después escuché que se abría la puerta del sótano . . . y luego escuché pasos en las escaleras. ¡Era mi mamá! Yo me puedo imaginar que muchas mamás hubieran dicho cosas como estas:

- ¿*Qué* está pasando contigo?
- ¿*Qué* estabas pensando?
- ¿Gastaste todo *ese jabón*?
- ¿Tienes idea de todo lo *que cuesta* ese jabón?
- ¡Qué desastre! ¡Estoy *muy enojada* contigo!
- ¡Solo *espera* a que tu papá llegue a casa!
- Limpia todo esto . . . *¡ahora mismo!*
- ¡Si vuelves a hacer algo parecido otra vez, estarás castigada por *un año*!

Sin embargo, ¡mi mamá no dijo eso! Se echó a reír a carcajadas, me levantó en sus brazos, me sentó en su regazo, ¡y me preguntó qué significaba todo esto!

Cuando le dije que era el polvo de hadas de Campanita, me insistió que le contara toda la historia de nuevo. Las dos nos reímos y más tarde, con alegría, limpiamos juntas el reguero.

Esta experiencia me confirmó que mi mamá me amaba de verdad, que le gustaba ser mi mamá y que le gustaba cuidarme. Más que todo, dejó bien en claro que mi mamá *soñaba mis sueños*. Esto me decía que lo que era importante para mí, era importante para ella (¡a pesar de las inconveniencias que le acarreaba!). Eso de soñar juntas me permitía tener esperanza para el futuro . . . una esperanza segura.

Entra en su mundo

Sueña con tus hijos y entra en su mundo. El cielo es el límite para las muchas formas creativas de comunicar tu invariable apoyo. Este paso, cuando se da en serio a través del proceso de crecimiento, puede ayudarte a preparar el escenario para una comunicación franca, la cual es importante en especial a medida que tus hijos se acercan a la adolescencia, cuando los asuntos sexuales se deben tratar con frecuencia.

Las investigaciones confirman que «los jóvenes responden al reto de altas expectativas para tomar decisiones positivas y para trazarse metas para el futuro»[5]. Necesitamos ayudar a nuestros jóvenes a escoger opciones para su futuro que sean más atractivas que un embarazo temprano y que ser padres antes de tiempo.

Los estudios muestran que los jóvenes con altas expectativas y un sentido de futuro brillante están «seis veces menos inclinados a tener relaciones sexuales»[6].

Emociónate con las esperanzas y los sueños de tu hijo. Sin embargo, al hacer esto, asegúrate de que les estás ayudando a lograr sus sueños y no los tuyos. Descubrí (Dottie) que algunos de esos sueños eran los míos, no los de mis hijos.

Cuando Sean estaba en octavo grado, había estado jugando béisbol por varios años. Aunque me esté malo decirlo, ¡era bueno! Cuando llegó la primavera, me mencionó que había decidido no jugar ese año. Recuerdo que traté de convencerlo para que jugara. Le dije que si alguna vez había pensado jugar en la escuela secundaria, sería mejor que jugara ese año o si no perdería terreno y no podría competir. Me respondió que no le importaba, porque quería jugar baloncesto en vez de béisbol. Traté con firmeza de que se interesara, pero no cedía. Detesto tener que admitirlo, pero recurrí a la lógica. No dio resultado. Entonces probé las emociones. ¡Tampoco sirvió! Quizá me preguntes: ¿por qué era tan importante para mí? Es una razón sencilla, el béisbol era mi deporte favorito. Yo había sido aficionada al equipo de las Medias Rojas cuando estaba creciendo. (¡Todavía lo soy!)

¡Me encanta el béisbol! Yo me imaginaba a Sean jugando béisbol porque era muy importante para mí. Cuando por fin llegué a la conclusión de la realidad que esta era mi afición y no la suya, retrocedí y le animé a seguir el deporte que él quería, el baloncesto. Ahora, estoy muy agradecida que lo hiciera así. Para el deleite de toda

nuestra familia, pudo jugar durante todo el tiempo que estuvo en la secundaria y aun durante su tiempo en la universidad. El hecho de animarlo en sus juegos es algo que hizo que toda la familia tuviera muy lindos recuerdos.

Al igual que sabemos lo que es importante para nosotros, nuestros hijos también saben lo que es importante para ellos. Nuestro privilegio y nuestra «oportunidad» son apoyarlos y animarlos para que sigan procurando sus sueños, no los nuestros.

Busca maneras de promover un sentido de metas futuras, ambiciones y oportunidades de carreras. Un futuro brillante anima a tus hijos a tomar las «buenas decisiones».

Sean padres a quienes se les pueda preguntar y que escuchen, unos padres con valores, que entablen amistad con los amigos de sus hijos, que establezcan conexiones con otros padres y padres que sueñen junto con sus hijos. Mientras aprendes y llegas a ser cada vez más esa clase de papá o mamá, tendrás un efecto directo en la receptividad de tus hijos a tus enseñanzas acerca del sexo.

Infórmanos acerca de tu progreso en la aventura de comunicarte con tus hijos acerca del sexo. Visítanos en www.josh.org. Esperamos que te puedan ayudar los recursos adicionales que encontrarás aquí. Deseamos seguir prestándote un servicio. Y a medida que crías a tus hijos en oración, deseamos que ellos puedan ser «intachables y puros, hijos de Dios sin culpa en medio de una generación torcida y depravada. En [la cual ellos] brillan como estrellas en el firmamento» (Filipenses 2:15, nvi).

Josh y Dottie McDowell

Para más investigación, documentación y discernimiento crítico de cada capítulo, visita www.josh.org/straighttalk.

Acerca de los Autores y el Ministerio Josh McDowell

En su juventud, **Josh McDowell** fue un escéptico del cristianismo. Sin embargo, cuando estudiaba en el *Kellog College* de Michigan, un grupo de estudiantes cristianos lo desafió a que examinara las afirmaciones de Jesucristo. Josh aceptó el reto y llegó a encarar la realidad de que Jesús era en verdad el Hijo de Dios, quien le amó lo suficiente como para morir por él. Josh le entregó su vida a Cristo y por más de cincuenta años le ha contado al mundo tanto su testimonio como la evidencia de que Dios es real y relevante para nuestra vida diaria.

Josh obtuvo una licenciatura en *Wheaton College* y una maestría en teología del Seminario Teológico Talbot de California. Ha estado activo en el ministerio de Cruzada Estudiantil y Profesional para Cristo por casi cincuenta años.

Dottie McDowell ha estado casada con Josh por más de cuarenta años. Junto con su esposo, ha escrito varios libros para niños, y ella y Josh disfrutan de sus cuatro hijos adultos y de sus once nietos, mientras Josh continúa viajando por el mundo entero trabajando en su ministerio. Dottie y Josh viven en el sur de California.

NOTAS

Capítulo 1: A solo un clic de distancia

1 .Nayeli E. Rodríguez and Number 17, NYC, «Exactly How Much Are The Times A-Changin'?», *Newsweek*, 26 de julio de 2010, p. 56; fuentes del artículo: Blogpulse, Google Official History, Reality Blurred, The NPD Group, NBC, Bowker, USPS, The Radicati Group, FORBES, Nielsen, Newspaper Assoc. of America, Digital Music News, Apple, iTunes.
2 .Matt McGee, «By The Numbers: Twitter Vs. Facebook Vs. Google Buzz», *SearchEngine Land*, 23 de febrero de 2010, http://searchengineland.com/by-the-numbers-twitter-vs-facebook-vs-google-buzz-36709.
3 .«Internet 2010 in numbers», Royal Pingdom, 12 de enero de 2011, http://royal.pingdom.com/2011/01/12/internet-2010-in-numbers/.
4 .«Internet 2010».
5 .Horace Dediu, «iTune app total downloads (finally) overtook song downloads», ASYMCO, 13 de julio de 2011, www.asymco.com/2011/07/13/itunesapp-total-downloads-finally-overtook-song-downloads/.
6 .Madeeha Azam, «Internet 2010 in Numbers [Summary]», Pro Pakistani, 27 de enero de 2011, http://propakistani.pk/2011/01/27/Internet-2010-in-numbers-summary/.
7 .«That Facebook friend might be 10 years old, and other troubling news», revista *Consumer Reports*, junio de 2011, www.consumerreports.org/cro/magazine-archive/2011/june/electronics-computers/stateof-the-next/facebook-concerns/index.htm.
8 .*The Foster Letter*, 25 de mayo de 2011, p. 4.
9 .Según se informó en Wikipedia.org/wiki/Wikipedia.
10 .Según se informó en Wikipedia.org/wiki/Wikipedia.
11 .Mickey Alam Khan, «Internet Overtakes TV As Preferred Medium For Under-24 Crowd», *Direct Marketing News*, 25 de julio de 2003, www.dmnews.com/internet-overtakes-tv-as-preferred-medium-for-under-24-crowd/article/81588.
12 .Dr. Michael D. Resnick y otros, «Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health», *Journal of the American Medical Association*, 10 de septiembre de 1997, vol. 278, no. 10, p. 829.
13 .*Family Safe Media*, según informó en familysafemedia.com/pornographyphy_statistics.html#anchor5, 2011.
14 .*Family Safe Media*.
15 .*Family Safe Media*.
16 .Michael Leahy, *Porn University: What College Students Are Really Saying About Sex on Campus*, Northfield Publishing, Chicago, 2009, pp. 154-155.
17 .Chiara Sabrina, Janis Wolak, and David Finkelhor, «The Nature and Dynamics of Internet Pornography Exposure for Youth», *CyberPsychology & Behavior*, 2008, vol. 11, no. 6, pp. 1-2.
18 .Ed Vitagliano, citado en «Caught! Online Porn, Predators Threaten Children, Teens», *American Family Association Journal*, enero de 2007, www.afajournal.org/2007/january/0107/caught.asp.
19 .Encuesta de Enfoque a la Familia, octubre de 2003, citado en Rebecca Grace, «When Dad Falls: A Family's Ordeal with Pornography», *Agape Press*, 25 de noviembre de 2009, http://www.crosswalk.com/family/parenting/when-dad-falls-a-familys-ordeal-with-pornography-1284103.html?ps=0.
20 .*Archdiocese of Omaha's Anti-Pornography Task Force*, según se informó en www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf, 2011.
21 .*Family Safe Media*.
22 .Patricia M. Greenfield, «Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications of Peer-to-Peer

File-Sharing Networks for Child Development and Families», *Journal of Applied Developmental Psychology*, noviembre-diciembre de 2004, vol. 25, no. 6, pp. 741-750, Web. 4 de diciembre de 2009, www.forums.newspeakdictionary.com/img/Inadvertent_exposure_to_porn.pdf.

Capítulo 4: Sexo: Cuando se enseña dentro del contexto de las relaciones

1 .*Archdiocese of Omaha's Anti-Pornography Task Force*, www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf, 2011.
2 .The Commission on Children at Risk, *Hardwired to Connect: The Scientific Case for Authoritative Communications*, Broadway Publications, Nueva York, 2003.
3 .*Hardwired to Connect*.
4 .Dra. Caroline Bedell Thomas, Lic. Karen Rose Duszynski y Dr. John Whitcomb Shaffer, «Family Attitudes Reported in Youth as Potential Predictors of Cancer», *Psychosomatic Medicine*, vol. 41, no. 4, junio de 1979, pp. 287-302.
5 .Carl Zimmer, «Friends with Benefits», revista *Time*, 20 de febrero de 2012, p. 39.
6 .Caitlin Flanagan, «Why Marriage Matters», revista *Time*, 13 de julio de 2009, p. 47.
7 .«Back to School 1999—National Survey of American Attitudes on Substance Abuse V: Teens and Their Parents», *The Luntz Research Companies and QEV Analytics*, agosto de 1999, según se cita en Lori Lessner, «Dads key against drugs, study finds», *Dallas Morning News*, 31 de agosto de 1999, p. 9A.
8 .*People Weekly*, «Higher Learning: At Oxford University, Michael Jackson bares his soul and a plan to help kids», revista *People*, 19 de marzo de 2001, p. 65

Capítulo 5: Las siete claves: Los ladrillos de construcción de las relaciones

1 .«Ten Tips for Parents: To Help Their Children Avoid Teen Pregnancy», The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, consultado el 6 de febrero de 2012, http://www.thenationalcampaign.org/resources/toTips.aspx.

Capítulo 6: ¿Quién o qué influye más en el comportamiento de sus hijos?

1 .«Teens Look to Parents More Than Friends for Sexual Role Moels», *ScienceDaily*, June 15, 2011, www.sciencedaily.com/releases/2011/06/110615120355.htm.
2 .Jeffrey Rosenberg y W. Bradford Wilcox, «The Importance of Fathers in the Healthy Development of Children», *U.S. Department of Health and Human Services*, 2006, www.childwelfare.gov/pubs/usermanuals/fatherhood/fatherhood.pdf.
3 .«Teens Look to Parents».
4 .David White, «Take Courage! Parents and the dreaded conversation», Center for Parent/Youth Understanding, 2008, www.cpyu.org/Page.aspx?id=338336.
5 .«Trends in Teen Sexual Behavior», pensamientos y tendencias actuales en línea, mayo de 2004.
6 .B.M. King y J. Lorusso, «Discussions in the Home about Sex: Different Recollections by Parents and Children», *Journal of Sex & Marital Therapy*, vol. 23, pp. 52-60; según se citó en «Families Are Talking—Adolescents Would Prefer Parents as Primary Sexuality Educators», suplemento del informe de SIECUS, http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=642.
7 .«Talking to Your Teen About Sexuality», condado de Hillsborough en la extensión de la Universidad de la Florida, http://hillsboroughfcs.ifas.ufl.edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf.
8 .Linda Klepacki, «Dear Parents: Let's Talk About Doing», PureInti macy.org, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000584.cfm, citando un artículo de Enfoque a la Familia de 2004.
9 .Mark and Grace Driscoll, «How To Talk To Your Kids About Sex», resurgimiento, consultado el 15 de febrero de 2012, http://theresurgence.com/2011/02/28/how-to-talk-to-your-kids-about-sex.

Capítulo 7: ¿De quién quieren aprender sus hijos acerca del sexo?

1 .«How to Talk to Your Kids About Anything», *Talking With Kids About Tough Issues—a national campaign by Children Now and the Kaiser Family Foundation*, http://www.talkwithkids.org/first.html.

2 .B. Albert, «With One Voice 2004: America's Adults and Teens Sound Off About Teen Pregnancy», *National Campaign to Prevent Teen Pregnancy*, Washington, DC, 2004; según se citó en Bárbara Dafoe Whitehead y Marline Pearson, «Making a Love Connection», *The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy*, thenationalcampaign.org.

3 .Hutchinson y Cooney, 1998; Kreinin y otros, 2001; Somers and Surmann, 2004; según se citó en Robert Crooks y Karla Baur, «Initiating Conversations When Children Do Not Ask Questions», *The Talk Institute*, www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html.

4 .Kay S. Hymowitz, «It's Morning After in America», *City Journal*, primavera de 2004, www.manhattan-institute.org/cfml/printable.cfm?id=1337.

5 .«Birds and Bees: Tips for Having "The Talk" With Kids», *ABC News*, *Good Morning America*, 22 de septiembre de 2011, http://abcnews.go.com/blogs/health/2011/09/22/birds-and-bees-tips-for-having-the-talk-with-kids-2/.

Capítulo 8: ¿Por qué necesito hablarles a mis hijos acerca del sexo?

1 .Lic. Kristin Zolten y Dr. Nicholas Long, «Talking to Children About Sex», *Center for Effective Parenting*, 1997, www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf.

2 .Robert Crooks y Karla Baur, «Initiating Conversations When Children Do Not Ask Questions», *The Talk Institute*, www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html.

3 .Maggi Ruth P. Boyer, «What to Do When They Just Won't Talk!» Advocates for Youth, www.advocatesforyouth.org/parents/164?task=view.

Capítulo 9: ¿Será que el hablar acerca de esto los inclina a hacerlo?

1 .«Myths About Sexuality Education», Sexuality Education Resource Center Manitoba, Inc., rev. 2010, www.serc.mb.ca/content/dload/MythsAboutSexualityEducation%20/file.

2 .Cheryl B. Aspy y otros, *Journal of Adolescence* 30, 2007, pp. 449-466; según se citó en «Parental Involvement and Children's Well-Being», *FamilyFacts.org*, www.familyfacts.org/briefs/40/parental-involvement-and-childrens-well-being.

3 .Dra. Karin Suesser y Dr. Matthew Doll, «Beyond the Birds and the Bees: How To Talk With Children About Sexuality», www.drsuesser.com/articles/talking_about_sex.pdf.

4 .«Silence Breeds Babies», *Campaign For Our Children, Inc.*, 2008, www.cfoc.org/index.php/parent-resource-center/talking-with-your-kids-aboutsex/.

Capítulo 10: ¿Cuál es la edad «apropiada» para hablar acerca del sexo?

1 .Jen Boyer, «Talking to Kids About Sex», Balanced Living, www.balancedmag.com/2011/06/talking-to-kids-about-sex.

2 .Alice Park, «Parents' Sex Talk with Kids: Too Little, Too Late», *Time*/ *CNN*, diciembre de 2007, 2009; www.time.com/time/health/article/0,8599,1945759,00.html; énfasis añadido por los autores.

3 .Boyer.

4 .Sue Simonson, «The Forgotten Years: Ones that may well be the key to Teen Pregnancy Prevention», Without Regret, consultado el 14 de febrero de 2012, www.without-regret.org/tier2/articles.html.

5 .«Broaching the Birds and the Bees», WebMD, 26 de noviembre de 2001, www.webmd.com/sex-relationships/features/broaching-birds-bees.

6 .Adaptado de «How to Talk to Your Kids about Sex», Keeping Kids Healthy, consultado en el año 2012, www.montekids.org/kkh/topics/how-to-talk-toyour-kids-about-sex/.
7 .Dr. Corey Allan, «How To Talk To Your Children About Sex», *Simple Mom*, 14 de junio de 2010, http://simplemom.net/how-to-talk-to-your-children-about-sex/.

Capítulo 11: ¿Debo empezar yo la «gran charla»?

1 .M. Raffaelli, K. Bogenschneider y M.F. Flood, «Parent-teen Communication about Sexual Topics», *Journal of Family Issues*, vol. 19, pp. 315-333.
2 .Deb Koster, «Talking to Kids About Sex», *Family Fire*, 13 de abril de 2007, familyfire.com/parenting/articles/Talking-to-Kids-About-Sex.
3 .«Talking with Kids: A Parent's Guide to Sex Education», Asociación Nacional de Padres y Maestros, Chicago, IL, 2002, p. 9, consultado en http://eric.ed.gov/PDFS/ED470698.pdf.
4 .«How to talk to your child about sex», *Psychologies*, página web consultada el 2 de febrero de 2012, www.psychologies.co.uk/family/how-to-talk-to-your-child-about-sex/.

Capítulo 12: ¿Qué puede suceder si no hablo con mis hijos acerca del sexo?

1 .Jack Wellman, «How to Talk to Your Children about Sex? A Christian Perspective», *What Christians Want to Know*, 14 de julio de 2011, www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-about-sex-a-christian-perspective/.
2 .Jill Manning, «Why the Government Should Care about Pornography», testimonio ante el Comité del Senado de Estados Unidos en lo judicial, 10 de noviembre de 2005. Web 9, noviembre de 2005, www.heritage.org/Research/Testimony/Pornographys-Impact-on-Marriage-amp-The-Family.

Capítulo 13: ¿Qué tal si mis hijos sienten mucha curiosidad por el sexo?

1 .National Physicians Center for Family Resources, «Sex Talk Starters», *Pure intimacy.org*, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000596.cfm.
2 .Dra. Clea McNeely y Jayne Blanchard, «The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development», *Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health*, 2009.
3 .McNeely y Blanchard.
4 .Margaret Renkl, «The Birds and the Bees and Curious Kids», *Parenting.com*, consultado el 14 de febrero de 2012, www.parenting.com/article/kids-and-sexuality.

Capítulo 15: ¿Cuánto conocimiento debo tener?

1 .Dra. Clea McNeely y Jayne Blanchard, «The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development», *Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health*, 2009.
2 .Keith Ferrell, «Adolescent Sexuality: Talk the Talk Before They Walk the Walk», revista *Healthy Children*, invierno de 2008, http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Adolescent-Sexuality-Talk-the-Talk-Before-They-Walk-the-Walk.aspx.
3 .Lic. Kristin Zolten y Dr. Nicholas Long, «Talking to Children About Sex», *Center for Effective Parenting*, 1997, http://www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf

Capítulo 16: ¿No deberían prohibirse ciertos asuntos?

1 .Jerald Newberry, «When Kids Ask Tough Questions About Sex», *Advocates for Youth*, 2008, www.advocatesforyouth.org/parents/176?task=view.
2 .Lic. Kristin Zolten y Dr. Nicholas Long, «Talking to Children About Sex», *Center for Effective Parenting*, 1997, www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf.
3 .Jack Wellman, «How to Talk To Your Children about Sex? A Christian Perspective», *What Christians Want to Know*, 14 de julio de 2011, www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-about-sex-a-christian-perspective/.

Capítulo 17: ¿Con qué frecuencia debería hablar con mis hijos acerca del sexo?

1 .«How to Talk to Your Kids About Anything», *Talking With Kids About Tough Issues—a national campaign by Children Now and the Kaiser Family Foundation*, www.talkwithkids.org/first.html.
2 .Margaret Renkl, «The Birds and the Bees and Curious Kids», Parenting.com, consultado el 14 de febrero de 2012, www.parenting.com/article/kids-and-sexuality.
3 .Dr. Steven C. Martino, Dr. Marc N. Elliott, y otros, «Beyond the “Big Talk”: The Roles of Breadth and Repetition in Parent-Adolescent Communication About Sexual Topics», *Pediatrics*, 2008, http://pediatrics.aappublications.org/content/121/3/e612.full.html.

Capítulo 18: ¿No pensarán que estoy obsesionado si sigo insistiendo en el asunto del sexo?

1 .«Families are Talking—Teens Talk About TV, Sex, and Real Life», suplemento del informe de SIECUS, http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=827.
2 .Linda Klepacki, «What Your Teens Need to Know About Sex», Enfoque a la Familia, 2005, http://www.focusonthefamily.com/lifechallenges/love_and_sex/purity/what_your_teens_need_to_know_about_
3 .Adaptado de «Teachable Moments», currículo del taller para padres «Wait for Sex», ReCAPP—ETR Associates’ Resource Center for Adolescent Pregnancy Prevention, 2004, http://recapp.etr.org/recapp/documents/freebies/teachablemoments.pdf.
4 .*Task Force on the Sexualization of Girls*, «Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls», *American Psychological Association*, 2010; www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-full.pdf.
5 .Adaptado de «Families are Talking—Teens Talk About TV, Sex, and Real Life», suplemento del informe de SIECUS, http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=827.
6 .Wendy L. Sellers, «Talking to Your Child about Relationships and Sexuality», *EduGuide*, consultado el 15 de febrero de 2012, www.eduguide.org/library/viewarticle/339.
7 .«Talking to Your Teen About Sexuality», condado de Hillsborough en la extensión de la Universidad de la Florida, http://hillsboroughfcs.ifas.ufl.edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf.
8 .«Talking to Your Teen».
9 .«Talking to Your Teen».
10 .«Talking to Your Teen».
11 .«Talking to Your Teen».
12 .«Talking to Your Teen».
13 .Esther J. Cepeda, «Talking to Kids About Sex: Conversations Worth Having», *Seattle Times*, 9 de octubre de 2011, http://seattletimes.nwsource.com/html/opinion/2016439742_cepada10.html.
14 .Deb Roffman, «Talking to Your Kids About Sex: Deborah Roffman Offers Parents Advice», *Make it Better*, www.makeitbetter.net/family/parenting/939-talking-to-your-kids-about-sex-deborah-roffman-offers-parents-advice.

Capítulo 19: ¿Hasta qué punto debería supervisar el mundo de mis hijos?

1 .Gracias a Joshua DeVries por facilitarnos esta sección.

Capítulo 20: ¿Cuándo la supervisión se convierte en invasión de la privacidad?

1 .Mary VanClay, «How to talk to your child about sex», BabyCenter LLC., consultado el 15 de febrero de 2012, http://cdrcp.com/pdf/How%20to%20talk%20to%20your%20child%20about%20sex.pdf.

Capítulo 21: ¿Cómo respondo al «primer amor» de mis hijos?

1 .«Talking to Your Teen About Sexuality», condado de Hillsborough en la extensión de la Universidad de la Florida, http://hillsboroughfcs.ifas.ufl.edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf.
2 .Dra. Clea McNeely y Jayne Blanchard, «The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development», *Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health*, 2009.
3 .«Talking Back», *The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy*, 2012, http://www.thenationalcampaign.org/parents/talking_back.aspx.

Capítulo 22: ¿Qué reglas o límites sexuales puedo establecer para mis hijos?

1 .«Talking Back», *The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy*, 2012, http://www.thenationalcampaign.org/parents/talking_back.aspx.
2 .«Ten Tips for Parents: To Help Their Children Avoid Teen Pregnancy», *The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy*, consultado el 6 de febrero de 2012, http://www.thenationalcampaign.org/resources/10Tips.aspx.
3 .Glenn T. Stanton, «The Most Effective Deterrent», PureIntimacy.org, consultado el 16 de febrero de 2012, http://www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm.
4 .Eileen M. Hart, «Teens, Sex and Media», 2002, consultado el 13 de febrero de 2012, http://www.frankwbaker.com/MediaLitEd.pdf.
5 .«Pornography Statistics», *Covenant Eyes*, www.covenanteyes.com/2010/01/06/updated-pornography-statistics/.
6 .«Youth Risk Behavior Surveillance—United States, 1995, Surveillance Summaries», *Morbidity and Mortality Weekly*, 27 de septiembre de 1996.
7 .«The Truth About Adolescent Sexuality», Education.com, citando *Sexuality Information and Education Council of the United States*, 2005, www.education.com/reference/article/Ref_Truth_About/.
8 .«How Can I Lovingly Snoop On My Teen?», *Harvest USA*, 2007, www.harvestusa.org/index.php?option=com_content&view=article&id=172%3Ahow-can-i-lovingly-snoop-on-my-teen&catid=15%3Acontactus&Itemid=1.
9 .«How Can I Lovingly Snoop On My Teen?»
10 .«How Can I Lovingly Snoop On My Teen?»
11 .«Teaching Children About Healthy Sexuality», *Health and Fitness*, 2 de mayo de 2011, http://www.kylegabouer.com/teaching-children-about-healthy-sexuality.html.

Capítulo 23: ¿Qué tan realista es esperar que esperen?

1 .Adaptado de Lakita Garth, *The Naked Truth: About Sex, Love and Relationships*, Gospel Light, Ventura, CA, 2007, p. 135.

Capítulo 24: ¿Cómo logro que mis hijos traten bien al sexo opuesto?

1 .Dr. Corey Allan, «How to Talk to Your Children About Sex», *Simple Mom*, 14 de junio de 2010, http://simplemom.net/how-to-talk-to-your-children-about-sex/.

Capítulo 25: ¿Qué me dicen del «sexteo» y qué puedo hacer al respecto?

1 .Al Menconi, «Responsible Text Messaging Tips», 18 de agosto de 2011, http://almenconi.blogspot.com/2011/08/responsible-text-messaging-tips.html.
2 .Menconi.
3 .Menconi.
4 .Según se citó en Sharon Jayson, «Parents, talk about sex, even if teens tune you out», *USA Today*, 13 de octubre de 2011, www.usatoday.com/news/health/wellness/teen-ya/story/2011-10-12/Experts-Talk-sex-with-your-teen-even-if-they-tune-you-out/50745740/1.

Capítulo 26: ¿Cómo ayudo a mis hijos a resistir la presión sexual?

1 .«Helping Teens Resist Sexual Pressure», HealthyChildren.org, citando a la *American Academy of Pediatrics*, «Caring for Your Teenager», consultado el 14 de febrero de 2012, www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Helping-Teens-Resist-Sexual-Pressure.aspx.
2 .«Parenting—Talking to Your Teen about Sex and Oral Sex», *Dr. Phil.com*, consultado el 15 de febrero de 2012, www.drphil.com/articles/article/51.

Capítulo 28: La mayoría de los jóvenes no cree que el sexo oral sea tener relaciones sexuales. ¿Cómo puedo corregir su error?

1 .Jim Liebelt, «Culture Snapshot of Adolescent Sex and Sexuality», 29 de enero de 2007, *HomeWord Center for Youth and Family*, www.homeword.com/culture-snapshot-adolescent-sexuality-ta-a-1161.html.
2 .Liebelt.
3 .Serie de encuestas nacionales realizadas por la *Kaiser Family Foundation* (KFF) y la revista *Seventeen*, 2003.
4 .B.L. Halpern-Felsher y otros, «Oral versus vaginal sex among adolescents: Perceptions, attitudes, and behavior», *Pediatrics*, 2005, vol. 115, n.º 4, pp. 845-851. Debby Golonka, «Talking with children about sex», *Revolution Health*, 22 de abril de 2008, www.revolutionhealth.com/healthy-living/parenting/talking-with-children-about-sex.
5 .Chris Wagner, «Oral Sex is Sex, and Most Teens Don't Know it», *Center for Parent/Youth Understanding*, http://www.cpyu.org/Page.aspx?id=77160.
6 .Wagner.
7 .Wagner.
8 .Wagner.
9 .Wagner.
10 .Wagner.
11 .«Parenting—Talking to Your Teen about Sex and Oral Sex», *Dr. Phil.com*, consultado el 15 de febrero de 2012, www.drphil.com/articles/article/51.
12 .Roxanne Khamsi, «Oral sex can cause throat cancer», NewScientist, 9 de mayo de 2007, www.newscientist.com/article/dn11819-oral-sex-can-cause-throat-cancer.html.
13 .Julie Sharp, «Oral Sex Linked to Throat Cancer: A virus contracted through oral sex is the cause of some throat cancers, say US scientists», *BBC News*, 10 de mayo de 2007, http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/6639461.stm.

14 .Sharp.

Capítulo 29: ¿Cómo una autoestima sana protege a mis hijos de las relaciones prematrimoniales?

1 .Rob Jackson, «Teaching Children Healthy Sexuality», Enfoque a la Familia, 2004, www.focusonthefamily.com/parenting/sexuality/teaching_children_healthy_sexuality.aspx.
2 .Campaña nacional para la prevención del embarazo adolescente, *Rethinking Responsibility: Reflections on Sex and Sexuality*, The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, Washington, DC, 2009.
3 .Laura Flynn McCarthy, «Pregnancy Test», *Family Circle*, febrero de 2011, www.familycircle.com.
4 .«Talking With Kids About HIV and AIDS», *Talk With Your Kids*, www.talkwithyourkids.org/aids.html.

Capítulo 30: Seis maneras para convertirse en padres sabios que hablan con sus hijos acerca del sexo

1 .«The Truth About Adolescent Sexuality», *SIECUS—the Sexuality Information and Education Council of the United States*, www.siecus.org/pubs/fact/fact0020.html.
2 .Glenn T. Stanton, «The Most Effective Deterrent», PureIntimacy.org, consultado el 16 de febrero de 2012, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm.
3 .Campaña nacional para la prevención del embarazo adolescente, «Bridging the Divide: Involving the Faith Community in Teen Pregnancy Prevention», 10 de octubre de 2007, www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/Bridging_FINAL.pdf.
4 .Laura Flynn McCarthy, «Pregnancy Test», *Family Circle*, febrero de 2011, www.familycircle.com.
5 .Campaña nacional para la prevención del embarazo adolescente, *Rethinking Responsibility: Reflections on Sex and Sexuality*, The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, Washington, DC, 2009.
6 .R. Lerner, «Can Abstinence Work?: An Analysis of the Best Friends Program», *Adolescent & Family Health*, 2005, vol. 3, n.º 4, pp. 185-192; según se citó en la campaña nacional para la prevención del embarazo adolescente, *Rethinking Responsibility: Reflections on Sex and Sexuality*, The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, Washington, DC, 2009.

CRUZADA ESTUDIANTIL
Y PROFESIONAL PARA CRISTO

AMÉRICA LATINA

Líder del equipo de área:
Héctor “Layo” Leiva

Correro electrónico:
layo.leiva@cruzada.org

Página web:
www.cruzada.org

Dirección postal:
VIPSAL 4175
Post Office Box 025364
Miami, FL 33102
USA

EUROPA OCCIDENTAL (incluso España)

Líder del equipo de área:
Javier Garcia

Correro electrónico:
Spain.assistant@gmail.com

Dirección postal:
Agape
C/Sant Fructuós, 2 bx.
08004 Barcelona
ESPAÑA